

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-07-21 Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z indyka 50g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g , Arbuz 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pasta rybna z łososia z koperkiem 60g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Salata 10g ,	Zupa kalarepowa z kaszą manną 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g , Surówka z marchewki i selera 200g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Pieczeń rzymska drobiowa 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA),	Szynka z piersi kurczaka 40g , Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 60g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Rzodkiewka 100g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Maślanka naturalna 330ml 1g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2141.23 kcal; Energia: 8970.87 kJ; Białko ogółem: 90.97 g; białko zwierzęce: 58.11 g; białko roślinne: 32.42 g; Tłuszcz: 78.72 g; Węglowodany ogółem: 294.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.51 g; Sód: 2513.88 mg; Potas: 4515.94 mg; Wapń: 743.23 mg; Fosfor: 1468.03 mg; Błonnik pokarmowy: 30.81 g; suma cukrów prostych: 39.41 g; Woda: 1468.07 g; Popiół: 17.54 g;		
wtorek 2026-07-21 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z indyka 50g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g , Arbuz 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pasta rybna z łososia z koperkiem 60g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Salata 10g ,	Zupa kalarepowa z kaszą manną 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g , Dynia duszona 200g , Kompot owocowy 300ml , Pieczeń rzymska drobiowa 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA),	Szynka z piersi kurczaka 40g , Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta twarogowa z koperkiem 60g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Maślanka naturalna 330ml 1g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1999.42 kcal; Energia: 8385.90 kJ; Białko ogółem: 90.47 g; białko zwierzęce: 59.21 g; białko roślinne: 30.82 g; Tłuszcz: 69.20 g; Węglowodany ogółem: 283.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.17 g; Sód: 2645.35 mg; Potas: 4711.31 mg; Wapń: 832.01 mg; Fosfor: 1604.23 mg; Błonnik pokarmowy: 31.43 g; suma cukrów prostych: 41.40 g; Woda: 1494.09 g; Popiół: 19.49 g;		
wtorek 2026-07-21 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z indyka 50g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g , Arbuz 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pasta rybna z łososia z koperkiem 60g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Salata 10g ,	Zupa kalarepowa z kaszą manną 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g , Surówka z marchewki i selera 200g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Pieczeń rzymska drobiowa 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA),	Szynka z piersi kurczaka 40g , Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 60g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Rzodkiewka 100g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Maślanka naturalna 330ml 1g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2194.23 kcal; Energia: 9190.05 kJ; Białko ogółem: 91.27 g; białko zwierzęce: 57.01 g; białko roślinne: 33.82 g; Tłuszcz: 78.32 g; Węglowodany ogółem: 300.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.18 g; Sód: 2019.88 mg; Potas: 4272.94 mg; Wapń: 683.23 mg; Fosfor: 1299.03 mg; Błonnik pokarmowy: 25.01 g; suma cukrów prostych: 36.81 g; Woda: 1435.07 g; Popiół: 15.44 g;		
wtorek 2026-07-21 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Szynka z indyka 50g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor bez skórki 100g , Mus owocowy 120g 1szt , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Biszkopty 20g 1szt (GLUTEN, JAJA), Salata 10g , Serek wiejski 60g (MLEKO, LAKTOZA),	Rosół z lanym ciastem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso z udka kurczaka duszone 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g , Dynia duszona 200g , Kompot owocowy 300ml ,	Szynka z piersi kurczaka 40g , Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Pasta twarogowa z koperkiem 60g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor bez skórki 100g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Maślanka naturalna 330ml 1g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1833.92 kcal; Energia: 7681.81 kJ; Białko ogółem: 90.27 g; białko zwierzęce: 57.37 g; białko roślinne: 30.70 g; Tłuszcz: 48.54 g; Węglowodany ogółem: 280.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.90 g; Sód: 2683.57 mg; Potas: 4256.56 mg; Wapń: 841.92 mg; Fosfor: 1495.86 mg; Błonnik pokarmowy: 24.78 g; suma cukrów prostych: 62.00 g; Woda: 1405.80 g; Popiół: 18.96 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-07-21 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA		
Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Szynka z indyka 50g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Serek śmietankowy w plastarach naturalny 50g, Pomidor 100g, Arbuz 150g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pasta rybna z łososia z koperkiem 60g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Salata 10g,	Zupa kalarepowa z kaszą manną 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g, Surówka z marchewki i selera 200g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml, Pieczeń rzymska drobiowa 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Pasta twarogowa z koperkiem 60g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Szynka z piersi kurczaka 50g, Pomidor 100g, Herbata z cytryną 300ml, Posiłek nocny: Maślanka naturalna 330ml 1g,
Wartości odżywcze: Energia: 2256.82 kcal; Energia: 9458.67 kJ; Białko ogółem: 103.73 g; białko zwierzęce: 71.91 g; białko roślinne: 31.37 g; Tłuszcz: 90.21 g; Węglowodany ogółem: 292.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.41 g; Sód: 3056.82 mg; Potas: 5035.29 mg; Wapń: 893.39 mg; Fosfor: 1788.03 mg; Błonnik pokarmowy: 36.39 g; suma cukrów prostych: 44.06 g; Woda: 1618.51 g; Popiół: 20.51 g;		
wtorek 2026-07-21 Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA		
Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Marchew duszona puree 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pasta rybna z łososia z koperkiem 60g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA),	Zupa kalarepowa z kaszą manną zmięszana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso z udka kurczaka duszone zmielone 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane puree 250g (MLEKO), Dynia duszona puree 200g, Kompot owocowy 300ml,	Zupa kalarepowa z kaszą manną zmięszana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 60g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor bez skórki zmięszany 50g, Herbata z cytryną 300ml, Posiłek nocny: Maślanka naturalna 330ml 1g,
Wartości odżywcze: Energia: 1891.56 kcal; Energia: 7920.42 kJ; Białko ogółem: 79.88 g; białko zwierzęce: 48.07 g; białko roślinne: 31.81 g; Tłuszcz: 67.14 g; Węglowodany ogółem: 266.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.95 g; Sód: 1866.09 mg; Potas: 4516.36 mg; Wapń: 764.49 mg; Fosfor: 1359.24 mg; Błonnik pokarmowy: 26.89 g; suma cukrów prostych: 34.67 g; Woda: 1334.03 g; Popiół: 17.67 g;		
środa 2026-07-22 Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Chleb razowy 50g, Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 15g, Serek kanapkowy 80g (MLEKO, LAKTOZA), Dżem 25g 1szt, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Morele 150g, Jogurt pitny naturalny 1szt, Musli 20g (GLUTEN), Salata 10g,	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka pieczona 90g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g, Bukiet jarzyn 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Szynka drobiowa 50g (SELER, GORCZYCA), Ogórek kiszony 100g, Salata 10g, Herbata z cytryną 300ml, Serek włoski 50g (MLEKO), Posiłek nocny: Owsianka w tubce 1szt,
Wartości odżywcze: Energia: 2152.94 kcal; Energia: 9021.42 kJ; Białko ogółem: 100.79 g; białko zwierzęce: 61.05 g; białko roślinne: 37.69 g; Tłuszcz: 56.77 g; Węglowodany ogółem: 334.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.36 g; Sód: 3141.04 mg; Potas: 4332.57 mg; Wapń: 788.25 mg; Fosfor: 1533.61 mg; Błonnik pokarmowy: 30.83 g; suma cukrów prostych: 56.33 g; Woda: 1262.05 g; Popiół: 19.96 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-07-22 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 15g, Serek kanapkowy 80g (MLEKO, LAKTOZA), Dżem 25g 1szt, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Morele 150g, Jogurt pitny naturalny 1szt, Musli 20g (GLUTEN), Sałata 10g,	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka pieczona 90g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g, Bukiet jarzyn 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Szynka dębowa drobiowa 50g (., SELER, GORCZYCA), Pomidor 100g, Sałata 10g, Herbata z cytryną 300ml, Serek włoski 50g (MLEKO), Posiłek nocny: Owsianka w tubce 1szt,
Wartości odżywcze: Energia: 2131.44 kcal; Energia: 8934.03 kJ; Białko ogółem: 100.60 g; białko zwierzęce: 61.60 g; białko roślinne: 36.95 g; Tłuszcz: 57.08 g; Węglowodany ogółem: 333.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.55 g; Sód: 2693.57 mg; Potas: 4655.87 mg; Wapń: 809.85 mg; Fosfor: 1613.51 mg; Błonnik pokarmowy: 34.51 g; suma cukrów prostych: 57.74 g; Woda: 1284.67 g; Popiół: 19.54 g;		
środa 2026-07-22 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb razowy 50g, Bułka grahamka 1szt (GLUTEN, JAJA, ŻYTO), Masło śmietankowe 60% 15g, Serek kanapkowy 80g (MLEKO, LAKTOZA), Papryka 100g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Morele 150g, Jogurt pitny naturalny 1szt, Musli 20g (GLUTEN), Kurczak gotowany 40g (SELER, GORCZYCA), Sałata 10g,	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka pieczona 90g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g, Bukiet jarzyn 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml,	Chleb razowy 100g, Masło śmietankowe 60% 15g, Szynka dębowa drobiowa 50g (., SELER, GORCZYCA), Pomidor 100g, Sałata 10g, Herbata z cytryną 300ml, Serek włoski 50g (MLEKO), Posiłek nocny: Owsianka w tubce 1szt,
Wartości odżywcze: Energia: 2189.18 kcal; Energia: 9167.77 kJ; Białko ogółem: 113.42 g; białko zwierzęce: 68.95 g; białko roślinne: 42.42 g; Tłuszcz: 53.51 g; Węglowodany ogółem: 339.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.98 g; Sód: 2781.87 mg; Potas: 4896.77 mg; Wapń: 729.08 mg; Fosfor: 1614.95 mg; Błonnik pokarmowy: 33.21 g; suma cukrów prostych: 41.35 g; Woda: 1390.09 g; Popiół: 19.06 g;		
środa 2026-07-22 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Serek kanapkowy 80g (MLEKO, LAKTOZA), Dżem 25g 1szt, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Banan 150g, Jogurt pitny naturalny 1szt, Sałata 10g,	Rosół z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka gotowana 90g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g, Marchew duszona 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml,	Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Szynka dębowa drobiowa 50g (., SELER, GORCZYCA), Pomidor bez skórki 100g, Sałata 10g, Herbata z cytryną 300ml, Serek włoski 50g (MLEKO), Posiłek nocny: Owsianka w tubce 1szt,
Wartości odżywcze: Energia: 2143.32 kcal; Energia: 8978.79 kJ; Białko ogółem: 100.17 g; białko zwierzęce: 63.94 g; białko roślinne: 34.63 g; Tłuszcz: 47.07 g; Węglowodany ogółem: 352.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.85 g; Sód: 2733.10 mg; Potas: 4736.18 mg; Wapń: 698.33 mg; Fosfor: 1489.69 mg; Błonnik pokarmowy: 29.06 g; suma cukrów prostych: 72.13 g; Woda: 1358.72 g; Popiół: 18.67 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-07-22		
Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIĄŁKOWA		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 15g, Serek kanapkowy 80g (MLEKO, LAKTOZA), Kurczak gotowany 50g (SELER, GORCZYCA), Dżem 25g 1szt, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Morele 150g, Jogurt pitny naturalny 1szt, Musli 20g (GLUTEN), Sałata 10g,	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka pieczona 90g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g, Bukiet jarzyn 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml, Podwieczorek: Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Hummus 30g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Masło śmietankowe 60% 5g,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Serek włoski 50g (MLEKO), Szynka dębowa drobiowa 50g (SELER, GORCZYCA), Pomidor 100g, Sałata 10g, Herbata z cytryną 300ml, Posiłek nocny: Owsianka w tubce 1szt,
Wartości odżywcze: Energia: 2353.84 kcal; Energia: 9857.86 kJ; Białko ogółem: 118.01 g; białko zwierzęce: 74.18 g; białko roślinne: 39.46 g; Tłuszcz: 64.93 g; Węglowodany ogółem: 354.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.03 g; Sód: 3283.61 mg; Potas: 4965.22 mg; Wapń: 833.34 mg; Fosfor: 1807.18 mg; Błonnik pokarmowy: 36.33 g; suma cukrów prostych: 58.59 g; Woda: 1345.61 g; Popiół: 21.76 g;		
środa 2026-07-22		
Dieta: GLIWICE DIETA PĄPKOWATA		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną zmięszana 250ml (MLEKO), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 80g (MLEKO, LAKTOZA), Dżem 25g 1szt, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Dynia duszona puree 50g,	Zupa pomidorowa z ryżem zmięszana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso drobiowe gotowane zmielone 90g, Ziemniaki gotowane puree 250g (MLEKO), Bukiet jarzyn puree 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Zupa pomidorowa z ryżem zmięszana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Pasta z wędliny 50g, Pomidor bez skórki zmięszany 50g, Herbata z cytryną 300ml, Posiłek nocny: Owsianka w tubce 1szt,
Wartości odżywcze: Energia: 1865.30 kcal; Energia: 7815.46 kJ; Białko ogółem: 78.57 g; białko zwierzęce: 43.07 g; białko roślinne: 33.90 g; Tłuszcz: 51.85 g; Węglowodany ogółem: 295.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.64 g; Sód: 2089.17 mg; Potas: 4807.56 mg; Wapń: 939.09 mg; Fosfor: 1397.78 mg; Błonnik pokarmowy: 28.68 g; suma cukrów prostych: 51.84 g; Woda: 1458.75 g; Popiół: 19.95 g;		
czwartek 2026-07-23		
Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Chleb razowy 50g, Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Schab maryny 40g, Jajko gotowane 1szt (JAJA), Ogórek zielony 100g, Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g, Brzoskwinia 150g,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 200g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kasza gryczana gotowana 150g, Bitka wieprzowa ze schabu 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Filet pieczony premium 40g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Rzodkiewka 100g, Herbata z cytryną 300ml, Ser mozzarella 55g (MLEKO), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2398.19 kcal; Energia: 10049.46 kJ; Białko ogółem: 103.50 g; białko zwierzęce: 57.10 g; białko roślinne: 45.95 g; Tłuszcz: 85.67 g; Węglowodany ogółem: 334.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.98 g; Sód: 2921.26 mg; Potas: 4002.19 mg; Wapń: 1187.28 mg; Fosfor: 2213.52 mg; Błonnik pokarmowy: 33.95 g; suma cukrów prostych: 51.13 g; Woda: 1408.19 g; Popiół: 22.19 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-07-23Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Schab maryny 40g , Jajko gotowane 1szt (JAJA), Pomidor 100g , Kakao 300ml (MLEKO), Salata 10g , Brzoskwinia 150g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Dynia duszona 200g , Kompot owocowy 300ml , Kasza jęczmienna gotowana 150g (GLUTEN), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Filet pieczony premium 40g (MLEKO, GLUTEN, „ SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Ser mozzarella 55g (MLEKO), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2351.52 kcal; Energia: 9853.69 kJ; Białko ogółem: 94.81 g; białko zwierzęce: 57.65 g; białko roślinne: 36.71 g; Tłuszcz: 81.45 g; Węglowodany ogółem: 345.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.64 g; Sód: 3004.03 mg; Potas: 4248.16 mg; Wapń: 1214.92 mg; Fosfor: 1914.91 mg; Błonnik pokarmowy: 37.61 g; suma cukrów prostych: 54.33 g; Woda: 1379.59 g; Popiół: 20.71 g;		
czwartek 2026-07-23Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb razowy 50g , Bułka grahamka 1szt (GLUTEN, JAJA, ŻYTO), Masło śmietankowe 60% 15g , Schab maryny 40g , Jajko gotowane 1szt (JAJA), Ogórek zielony 100g , Kakao 300ml (MLEKO), Brzoskwinia 150g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 200g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kasza gryczana gotowana 150g , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Filet pieczony premium 40g (MLEKO, GLUTEN, „ SELER, SOJA, GORCZYCA), Rzodkiewka 100g , Herbata z cytryną 300ml , Ser mozzarella 55g (MLEKO), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2554.49 kcal; Energia: 10701.79 kJ; Białko ogółem: 108.53 g; białko zwierzęce: 56.00 g; białko roślinne: 52.08 g; Tłuszcz: 85.16 g; Węglowodany ogółem: 367.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.60 g; Sód: 2437.06 mg; Potas: 3864.49 mg; Wapń: 1134.08 mg; Fosfor: 2157.47 mg; Błonnik pokarmowy: 33.83 g; suma cukrów prostych: 50.03 g; Woda: 1373.66 g; Popiół: 20.64 g;		
czwartek 2026-07-23Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Pierś delikatna z kurnej półki 40g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Pomidor bez skórki 75g , Kakao 300ml (MLEKO), Twaróg krajanka plaster 50g (MLEKO, LAKTOZA), Salata 10g , Banan 150g ,	Rosół z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso z udka kurczaka gotowane 90g , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g , Dynia duszona 200g , Kompot owocowy 300ml ,	Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Filet pieczony premium 40g (MLEKO, GLUTEN, „ SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor bez skórki 100g , Herbata z cytryną 300ml , Ser mozzarella 55g (MLEKO), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2000.02 kcal; Energia: 8374.00 kJ; Białko ogółem: 96.02 g; białko zwierzęce: 61.77 g; białko roślinne: 34.25 g; Tłuszcz: 52.82 g; Węglowodany ogółem: 309.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.31 g; Sód: 3858.71 mg; Potas: 5565.52 mg; Wapń: 1125.74 mg; Fosfor: 1712.35 mg; Błonnik pokarmowy: 27.95 g; suma cukrów prostych: 70.14 g; Woda: 1592.74 g; Popiół: 24.65 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-07-23 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIĄŁKOWA		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Jajko gotowane 1szt (JAJA), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Pomidor 100g , Kakao 300ml (MLEKO), Brzoskwinia 150g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Dynia duszona 200g , Kasza jęczmienna gotowana 150g (GLUTEN), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Filet pieczony premium 40g (MLEKO, GLUTEN, „ SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Ser mozzarella 55g (MLEKO), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2620.82 kcal; Energia: 10980.84 kJ; Białko ogółem: 117.24 g; białko zwierzęce: 80.15 g; białko roślinne: 36.64 g; Tłuszcz: 100.04 g; Węglowodany ogółem: 348.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.53 g; Sód: 3163.83 mg; Potas: 4465.46 mg; Wapń: 1349.72 mg; Fosfor: 2216.86 mg; Błonnik pokarmowy: 37.54 g; suma cukrów prostych: 56.32 g; Woda: 1528.77 g; Popiół: 22.16 g;		
czwartek 2026-07-23 Dieta: GLIWICE DIETA PĄPKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi zmięszana 250ml (MLEKO), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Pasta z kurczaka i marchewki 80g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kakao 300ml (MLEKO), Bukiet jarzyn zmięszany 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA),	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami zmięszana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso z udka kurczaka gotowane zmielone 90g , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki puree 250g , Buraki gotowane puree 200g , Kompot owocowy 300ml ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami zmięszana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Pasta z sera mozzarella 80g (MLEKO), Pomidor bez skórki zmięszany 50g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2142.03 kcal; Energia: 8967.09 kJ; Białko ogółem: 88.13 g; białko zwierzęce: 57.81 g; białko roślinne: 30.32 g; Tłuszcz: 89.65 g; Węglowodany ogółem: 273.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.61 g; Sód: 3793.09 mg; Potas: 5496.91 mg; Wapń: 1438.26 mg; Fosfor: 1758.84 mg; Błonnik pokarmowy: 29.32 g; suma cukrów prostych: 72.95 g; Woda: 1688.74 g; Popiół: 26.88 g;		
piątek 2026-07-24 Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (MLEKO), Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica premium 40g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Papryka 100g , Twarożek 50g (MLEKO, LAKTOZA),	Zupa szpinakowa z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Łosoś z pieca 90g , Ziemniaki gotowane 250g , Surówka coleslaw 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Hummus 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Ogórek kiszony 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka z piersi kurczaka 40g , Posiłek nocny: Serek wiejski 1 szt. 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2223.94 kcal; Energia: 9319.26 kJ; Białko ogółem: 97.30 g; białko zwierzęce: 47.89 g; białko roślinne: 30.97 g; Tłuszcz: 76.16 g; Węglowodany ogółem: 308.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.40 g; Sód: 3163.18 mg; Potas: 3640.03 mg; Wapń: 1059.10 mg; Fosfor: 1304.15 mg; Błonnik pokarmowy: 28.51 g; suma cukrów prostych: 49.60 g; Woda: 1380.96 g; Popiół: 18.96 g;		
piątek 2026-07-24 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (MLEKO), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica premium 40g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pomidor 100g , Twarożek 50g (MLEKO, LAKTOZA), Salata 10g ,	Zupa szpinakowa z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Dorsz parowany 90g (GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 250g , Buraki gotowane 200g , Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z piersi kurczaka 40g , Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Serek włoski 50g (MLEKO), Posiłek nocny: Serek wiejski 1 szt. 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2010.69 kcal; Energia: 8427.65 kJ; Białko ogółem: 102.60 g; białko zwierzęce: 73.32 g; białko roślinne: 28.83 g; Tłuszcz: 62.26 g; Węglowodany ogółem: 288.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.60 g; Sód: 3510.08 mg; Potas: 4517.38 mg; Wapń: 1096.83 mg; Fosfor: 1646.48 mg; Błonnik pokarmowy: 30.45 g; suma cukrów prostych: 68.58 g; Woda: 1495.98 g; Popiół: 22.22 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-07-24 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (MLEKO), Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica premium 40g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Papryka 100g , Twarożek 50g (MLEKO, LAKTOZA), Salata 10g ,	Zupa szpinakowa z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Dorsz parowany 90g (GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 250g , Surówka coleslaw 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Hummus 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Ogórek kiszony 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka z piersi kurczaka 40g , Posiłek nocny: Serek wiejski 1 szt. 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2184.39 kcal; Energia: 9151.43 kJ; Białko ogółem: 99.30 g; białko zwierzęce: 61.91 g; białko roślinne: 32.44 g; Tłuszcz: 69.65 g; Węglowodany ogółem: 304.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.13 g; Sód: 2750.95 mg; Potas: 3738.29 mg; Wapń: 1006.86 mg; Fosfor: 1269.20 mg; Błonnik pokarmowy: 21.75 g; suma cukrów prostych: 47.04 g; Woda: 1427.84 g; Popiół: 18.29 g;		
piątek 2026-07-24 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (MLEKO), Baton pszenney 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Polędwica premium 40g , Banan 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pomidor bez skórki 100g , Twarożek 50g (MLEKO, LAKTOZA), Salata 10g ,	Rosółek z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Dorsz parowany 90g (GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 300g , Buraki gotowane 200g , Kompot owocowy 300ml ,	Baton pszenney 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Szynka z piersi kurczaka 40g , Pomidor bez skórki 100g , Herbata z cytryną 300ml , Serek włoski 50g (MLEKO), Posiłek nocny: Serek wiejski 1 szt. 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2150.06 kcal; Energia: 9001.09 kJ; Białko ogółem: 109.32 g; białko zwierzęce: 71.49 g; białko roślinne: 37.83 g; Tłuszcz: 43.92 g; Węglowodany ogółem: 355.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.38 g; Sód: 3590.47 mg; Potas: 5611.11 mg; Wapń: 1031.81 mg; Fosfor: 1610.75 mg; Błonnik pokarmowy: 31.27 g; suma cukrów prostych: 91.11 g; Woda: 1764.76 g; Popiół: 24.39 g;		
piątek 2026-07-24 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (MLEKO), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica premium 50g , Twarożek 110g (MLEKO, LAKTOZA), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pomidor 100g , Salata 10g ,	Zupa szpinakowa z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Dorsz parowany 90g (GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 250g , Buraki gotowane 200g , Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z piersi kurczaka 50g , Serek włoski 110g (MLEKO), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Serek wiejski 1 szt. 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2266.37 kcal; Energia: 9496.97 kJ; Białko ogółem: 130.19 g; białko zwierzęce: 100.91 g; białko roślinne: 28.83 g; Tłuszcz: 70.83 g; Węglowodany ogółem: 304.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.54 g; Sód: 3622.24 mg; Potas: 4839.46 mg; Wapń: 1368.11 mg; Fosfor: 2021.44 mg; Błonnik pokarmowy: 30.45 g; suma cukrów prostych: 83.78 g; Woda: 1663.66 g; Popiół: 24.06 g;		
piątek 2026-07-24 Dieta: GLIWICE DIETA PAKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi zmielowana 250ml (MLEKO), Baton pszenney 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Twarożek 80g (MLEKO, LAKTOZA), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Dynia duszona 50g ,	Zupa szpinakowa z ryżem zmielowana 400ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Dorsz parowany zmielony 90g (GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane puree 250g (MLEKO), Buraki gotowane puree 200g , Kompot owocowy 300ml ,	Zupa szpinakowa z ryżem zmielowana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenney 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Pasta z wędliny 50g , Pomidor bez skórki zmielony 50g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Serek wiejski 1 szt. 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 1948.14 kcal; Energia: 8154.26 kJ; Białko ogółem: 94.22 g; białko zwierzęce: 64.24 g; białko roślinne: 29.98 g; Tłuszcz: 57.86 g; Węglowodany ogółem: 285.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.51 g; Sód: 3027.17 mg; Potas: 4869.82 mg; Wapń: 1054.33 mg; Fosfor: 1550.22 mg; Błonnik pokarmowy: 26.41 g; suma cukrów prostych: 66.61 g; Woda: 1596.89 g; Popiół: 22.79 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-07-25		
Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Kakao 300ml (MLEKO), Ogórek zielony 100g , Chleb razowy 50g , Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica premium 50g , Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA), Morele 150g , Sałata 10g , Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA),	Zupa koperkowa z lanym ciastem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Zraz z indyka duszony 90g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Sos pomidorowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g , Surówka z selera z rodzynkami i słonecznikiem 200g (MLEKO, SELER), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 60g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2084.64 kcal; Energia: 8399.81 kJ; Białko ogółem: 104.87 g; białko zwierzęce: 66.87 g; białko roślinne: 33.88 g; Tłuszcz: 63.57 g; Węglowodany ogółem: 306.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.79 g; Sód: 2650.43 mg; Potas: 4997.39 mg; Wapń: 1010.27 mg; Fosfor: 1699.19 mg; Błonnik pokarmowy: 36.14 g; suma cukrów prostych: 49.95 g; Woda: 1575.17 g; Popiół: 20.30 g;		
sobota 2026-07-25		
Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Pomidor 100g , Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA), Kakao 300ml (MLEKO), Polędwica premium 50g , Morele 150g , Sałata 10g ,	Zupa koperkowa z lanym ciastem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Zraz z indyka duszony 90g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Sos pomidorowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g , Surówka z selera z rodzynkami i słonecznikiem 200g (MLEKO, SELER), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 60g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2083.87 kcal; Energia: 8395.83 kJ; Białko ogółem: 106.09 g; białko zwierzęce: 68.26 g; białko roślinne: 33.71 g; Tłuszcz: 64.63 g; Węglowodany ogółem: 307.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.24 g; Sód: 2903.08 mg; Potas: 5268.00 mg; Wapń: 1034.52 mg; Fosfor: 1791.91 mg; Błonnik pokarmowy: 39.92 g; suma cukrów prostych: 51.36 g; Woda: 1567.95 g; Popiół: 21.37 g;		
sobota 2026-07-25		
Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Ogórek zielony 100g , Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica premium 50g , Kakao 300ml (MLEKO), Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA), Morele 150g , Sałata 10g ,	Zupa koperkowa z lanym ciastem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Zraz z indyka duszony 90g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Sos pomidorowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g , Surówka z selera z rodzynkami i słonecznikiem 200g (MLEKO, SELER), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 60g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2164.14 kcal; Energia: 8728.58 kJ; Białko ogółem: 105.32 g; białko zwierzęce: 65.22 g; białko roślinne: 35.98 g; Tłuszcz: 62.97 g; Węglowodany ogółem: 315.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.30 g; Sód: 1909.43 mg; Potas: 4632.89 mg; Wapń: 920.27 mg; Fosfor: 1445.69 mg; Błonnik pokarmowy: 27.44 g; suma cukrów prostych: 46.05 g; Woda: 1525.67 g; Popiół: 17.15 g;		
sobota 2026-07-25		
Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Pomidor bez skórki 100g , Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Kakao 300ml (MLEKO), Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA), Mus owocowy 120g 1szt , Sałata 10g , Polędwica premium 50g ,	Rosół z lanym ciastem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Zraz z indyka duszony 90g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g , Marchew duszona 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Pomidor bez skórki 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pasta z białek jaja z twarogiem i koperkiem 110g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2101.40 kcal; Energia: 8797.28 kJ; Białko ogółem: 111.27 g; białko zwierzęce: 78.32 g; białko roślinne: 32.95 g; Tłuszcz: 66.45 g; Węglowodany ogółem: 288.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.75 g; Sód: 3294.74 mg; Potas: 4343.12 mg; Wapń: 814.87 mg; Fosfor: 1642.59 mg; Błonnik pokarmowy: 26.50 g; suma cukrów prostych: 59.57 g; Woda: 1548.79 g; Popiół: 20.20 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-07-25 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIALKOWA		
Pomidor 100g , Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA), Polędwica premium 50g , Kakao 300ml (MLEKO), Morele 150g , Salata 10g ,	Zupa koperkowa z lanym ciastem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Zraz z indyka duszony 90g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Sos pomidorowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g , Surówka z selera z rodzynkami i słonecznikiem 200g (MLEKO, SELER), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Budyń waniliowy 250g (MLEKO),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 110g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Szynka z indyka 50g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2463.51 kcal; Energia: 9988.84 kJ; Białko ogółem: 121.37 g; białko zwierzęce: 82.86 g; białko roślinne: 33.80 g; Tłuszcz: 73.89 g; Węglowodany ogółem: 365.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.63 g; Sód: 3152.54 mg; Potas: 5674.57 mg; Wapń: 1350.38 mg; Fosfor: 2073.92 mg; Błonnik pokarmowy: 39.99 g; suma cukrów prostych: 91.95 g; Woda: 1804.28 g; Popiół: 23.71 g;		
sobota 2026-07-25 Dieta: GLIWICE DIETA PAKOWATA		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą wzmocniona 250ml (MLEKO, GLUTEN), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Pasta mięsna z warzywami 80g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kakao 300ml (MLEKO), Marchew duszona puree 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA),	Zupa koperkowa z lanym ciastem zmiękowana 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Zraz z indyka duszony zmielony 90g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Sos pomidorowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane puree 200g (MLEKO), Brokuły parowane puree 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Zupa koperkowa z lanym ciastem zmiękowana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 80g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor bez skórki zmiękowany 50g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 1933.47 kcal; Energia: 8101.05 kJ; Białko ogółem: 95.79 g; białko zwierzęce: 62.38 g; białko roślinne: 32.48 g; Tłuszcz: 67.30 g; Węglowodany ogółem: 258.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.01 g; Sód: 2151.16 mg; Potas: 4810.79 mg; Wapń: 1102.20 mg; Fosfor: 1683.86 mg; Błonnik pokarmowy: 25.19 g; suma cukrów prostych: 48.85 g; Woda: 1579.19 g; Popiół: 19.82 g;		
niedziela 2026-07-26 Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Pomidor 100g , Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Krakowska parzona 40g (., SELER, GORCZYCA), Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), Jogurt owocowy b/c szt 1g , Jajko gotowane 1szt (JAJA), Salata 10g ,	Rosół z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udko z kurczaka b/k pieczone 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 250g , Kapusta czerwona gotowana 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta twarogowa z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ogórek zielony 100g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 40g (SELER, GORCZYCA), Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2359.72 kcal; Energia: 9881.46 kJ; Białko ogółem: 115.16 g; białko zwierzęce: 75.24 g; białko roślinne: 35.17 g; Tłuszcz: 85.99 g; Węglowodany ogółem: 303.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.03 g; Sód: 2562.02 mg; Potas: 4932.64 mg; Wapń: 858.48 mg; Fosfor: 1661.40 mg; Błonnik pokarmowy: 30.44 g; suma cukrów prostych: 40.14 g; Woda: 1649.49 g; Popiół: 19.38 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-07-26 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Pomidor 100g , Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Kurczak gotowany 40g (SELER, GORCZYCA), Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Jogurt owocowy b/c szt 1g , Jajko gotowane 1szt (JAJA), Sałata 10g ,	Rosół z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udko z kurczaka b/k pieczone 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 250g , Cukinia duszona 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta twarogowa z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 40g (SELER, GORCZYCA), Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2183.91 kcal; Energia: 9141.37 kJ; Białko ogółem: 111.51 g; białko zwierzęce: 75.40 g; białko roślinne: 31.35 g; Tłuszcz: 79.59 g; Węglowodany ogółem: 281.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.64 g; Sód: 2851.64 mg; Potas: 5181.03 mg; Wapń: 828.60 mg; Fosfor: 1806.63 mg; Błonnik pokarmowy: 32.86 g; suma cukrów prostych: 42.38 g; Woda: 1637.05 g; Popiół: 20.86 g;		
niedziela 2026-07-26 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Pomidor 100g , Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Kurczak gotowany 40g (SELER, GORCZYCA), Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Sałata 10g ,	Rosół z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udko z kurczaka b/k pieczone 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 250g , Kapusta czerwona gotowana 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta twarogowa z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ogórek zielony 100g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 40g (SELER, GORCZYCA), Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2302.85 kcal; Energia: 9629.29 kJ; Białko ogółem: 115.21 g; białko zwierzęce: 77.29 g; białko roślinne: 37.47 g; Tłuszcz: 74.88 g; Węglowodany ogółem: 308.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.51 g; Sód: 2121.95 mg; Potas: 5050.18 mg; Wapń: 954.65 mg; Fosfor: 1614.00 mg; Błonnik pokarmowy: 21.74 g; suma cukrów prostych: 41.24 g; Woda: 1720.98 g; Popiół: 19.65 g;		
niedziela 2026-07-26 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Pomidor bez skórki 100g , Baton pszeniczny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Kurczak gotowany 40g (SELER, GORCZYCA), Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Jogurt owocowy b/c szt 1g , Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Sałata 10g ,	Rosół z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udko z kurczaka b/k gotowane 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 250g , Cukinia duszona 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Baton pszeniczny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Pasta twarogowa z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor bez skórki 100g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 40g (SELER, GORCZYCA), Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 1998.69 kcal; Energia: 8355.11 kJ; Białko ogółem: 109.28 g; białko zwierzęce: 69.63 g; białko roślinne: 35.35 g; Tłuszcz: 57.62 g; Węglowodany ogółem: 278.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.37 g; Sód: 2672.24 mg; Potas: 4912.83 mg; Wapń: 751.34 mg; Fosfor: 1571.47 mg; Błonnik pokarmowy: 26.65 g; suma cukrów prostych: 39.18 g; Woda: 1592.15 g; Popiół: 19.79 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-07-26 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA		
Pomidor 100g , Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Jajko gotowane 1szt (JAJA), Kurczak gotowany 50g (SELER, GORCZYCA), Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Salata 10g ,	Rosół z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udko z kurczaka b/k pieczone 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 250g , Cukinia duszona 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Szynka z piersi kurczaka 30g , Masło śmietankowe 60% 5g ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Kurczak gotowany 50g (SELER, GORCZYCA), Pasta twarogowa z koperkiem 110g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2316.16 kcal; Energia: 9690.57 kJ; Białko ogółem: 121.42 g; białko zwierzęce: 87.41 g; białko roślinne: 33.48 g; Tłuszcz: 86.10 g; Węglowodany ogółem: 293.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.20 g; Sód: 3284.50 mg; Potas: 5424.76 mg; Wapń: 914.52 mg; Fosfor: 1996.15 mg; Błonnik pokarmowy: 31.61 g; suma cukrów prostych: 44.72 g; Woda: 1711.14 g; Popiół: 22.77 g;		
niedziela 2026-07-26 Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną zmiksowana 250ml (MLEKO), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Pasta z wędliny 50g , Marchew duszona puree 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN),	Rosół z makaronem zmiksowany 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udko z kurczaka b/k gotowane zmielone 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki puree 250g , Cukinia duszona puree 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Rosół z makaronem zmiksowany 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Twarożek 80g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor bez skórki zmiksowany 50g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2031.84 kcal; Energia: 8506.49 kJ; Białko ogółem: 90.99 g; białko zwierzęce: 59.93 g; białko roślinne: 31.07 g; Tłuszcz: 77.40 g; Węglowodany ogółem: 264.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.87 g; Sód: 1869.78 mg; Potas: 4528.64 mg; Wapń: 980.56 mg; Fosfor: 1547.27 mg; Błonnik pokarmowy: 23.41 g; suma cukrów prostych: 47.02 g; Woda: 1569.85 g; Popiół: 18.30 g;		
poniedziałek 2026-07-27 Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA), Chleb razowy 50g , Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Ser mozzarella light (kulka) 50g , Papryka 100g , Kakao 300ml (MLEKO), Pierś delikatna z kurnej półki 40g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Salata 10g ,	Zupa botwinka z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kotlet mielony drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki gotowane 250g , Kompot owocowy 300ml , Mix салат z sosem vinaigrette 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica sopocka 40g , Ogórek zielony 100g , Herbata z cytryną 300ml , Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 1935.21 kcal; Energia: 8112.40 kJ; Białko ogółem: 92.23 g; białko zwierzęce: 51.30 g; białko roślinne: 30.98 g; Tłuszcz: 63.85 g; Węglowodany ogółem: 267.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.12 g; Sód: 2612.33 mg; Potas: 4396.23 mg; Wapń: 731.05 mg; Fosfor: 1361.89 mg; Błonnik pokarmowy: 23.70 g; suma cukrów prostych: 34.12 g; Woda: 1374.86 g; Popiół: 18.62 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-07-27 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA), Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 15g, Ser mozzarella light (kulka) 50g, Pomidor 100g, Kakao 300ml (MLEKO), Pierś delikatna z kurnej półki 40g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Salata 10g,	Zupa botwinka z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kotleć mielony drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki gotowane 250g, Kompot owocowy 300ml, Mix sałat z sosem vinegrette 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Polędwica sopocka 40g, Pomidor 100g, Herbata z cytryną 300ml, Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2063.47 kcal; Energia: 8646.09 kJ; Białko ogółem: 95.55 g; białko zwierzęce: 52.65 g; białko roślinne: 32.95 g; Tłuszcz: 67.77 g; Węglowodany ogółem: 290.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.50 g; Sód: 2393.40 mg; Potas: 4614.51 mg; Wapń: 758.10 mg; Fosfor: 1427.41 mg; Błonnik pokarmowy: 26.62 g; suma cukrów prostych: 42.45 g; Woda: 1328.22 g; Popiół: 19.11 g;		
poniedziałek 2026-07-27 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA), Chleb razowy 50g, Bułka grahamka 1szt (GLUTEN, JAJA, ŻYTO), Masło śmietankowe 60% 15g, Ser mozzarella light (kulka) 50g, Papryka 100g, Kakao 300ml (MLEKO), Pierś delikatna z kurnej półki 40g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Salata 10g,	Zupa botwinka z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kotleć mielony drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki gotowane 250g, Kompot owocowy 300ml, Mix sałat z sosem vinegrette 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb razowy 100g, Masło śmietankowe 60% 15g, Polędwica sopocka 40g, Ogórek zielony 100g, Herbata z cytryną 300ml, Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Posiłek nocny: Jogurt pitny naturalny 1szt,
Wartości odżywcze: Energia: 2078.21 kcal; Energia: 8709.58 kJ; Białko ogółem: 96.53 g; białko zwierzęce: 50.20 g; białko roślinne: 36.38 g; Tłuszcz: 63.15 g; Węglowodany ogółem: 297.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.69 g; Sód: 1935.33 mg; Potas: 4005.23 mg; Wapń: 671.05 mg; Fosfor: 1287.89 mg; Błonnik pokarmowy: 22.55 g; suma cukrów prostych: 32.92 g; Woda: 1250.26 g; Popiół: 16.22 g;		
poniedziałek 2026-07-27 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA), Baton pszeniczny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Ser mozzarella light (kulka) 50g, Banan 150g, Kakao 300ml (MLEKO), Pierś delikatna z kurnej półki 40g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Salata 10g,	Rosółek z kaszą jaglaną 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g, Szpinak gotowany 200g (MLEKO), Kompot owocowy 300ml,	Baton pszeniczny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Szynka z piersi kurczaka 50g, Pomidor bez skórki 100g, Herbata z cytryną 300ml, Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2039.07 kcal; Energia: 8532.68 kJ; Białko ogółem: 98.19 g; białko zwierzęce: 48.45 g; białko roślinne: 40.24 g; Tłuszcz: 48.20 g; Węglowodany ogółem: 324.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.93 g; Sód: 2418.82 mg; Potas: 4894.10 mg; Wapń: 840.53 mg; Fosfor: 1407.98 mg; Błonnik pokarmowy: 27.07 g; suma cukrów prostych: 64.05 g; Woda: 1489.39 g; Popiół: 21.76 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-07-27 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIĄŁKOWA		
Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA), Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 15g, Pierś delikatna z kurnej półki 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Ser mozzarella light (kulka) 50g, Pomidor 100g, Kakao 300ml (MLEKO), Salata 10g,	Zupa botwinka z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 250g, Kotlet mielony drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Kompot owocowy 300ml, Mix салат z sosem vinegrette 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Polędwica sopocka 50g, Serek kanapkowy 110g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 100g, Herbata z cytryną 300ml, Posiłek nocny: Jogurt pitny naturalny 1szt,
Wartości odżywcze: Energia: 2177.31 kcal; Energia: 9121.74 kJ; Białko ogółem: 108.79 g; białko zwierzęce: 67.44 g; białko roślinne: 31.40 g; Tłuszcz: 75.28 g; Węglowodany ogółem: 287.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.71 g; Sód: 2298.23 mg; Potas: 4561.47 mg; Wapń: 902.27 mg; Fosfor: 1578.83 mg; Błonnik pokarmowy: 25.28 g; suma cukrów prostych: 47.37 g; Woda: 1365.26 g; Popiół: 19.30 g;		
poniedziałek 2026-07-27 Dieta: GLIWICE DIETA PAKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi zmięszana 250ml (MLEKO), Cukinia duszona puree 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Baton pszeniczny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Pasta z serka włoskiego 50g (MLEKO), Kakao 300ml (MLEKO),	Zupa botwinka z ziemniakami zmięszana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowy zmielony 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki puree 250g, Szpinak gotowany puree 200g (MLEKO), Kompot owocowy 300ml,	Zupa botwinka z ziemniakami zmięszana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszeniczny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Pasta z wędliny 50g, Pomidor bez skórki zmięszany 50g, Herbata z cytryną 300ml, Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 1822.15 kcal; Energia: 7625.72 kJ; Białko ogółem: 82.85 g; białko zwierzęce: 46.38 g; białko roślinne: 36.46 g; Tłuszcz: 52.12 g; Węglowodany ogółem: 282.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.17 g; Sód: 2148.00 mg; Potas: 5923.37 mg; Wapń: 996.32 mg; Fosfor: 1608.26 mg; Błonnik pokarmowy: 30.01 g; suma cukrów prostych: 44.57 g; Woda: 1767.76 g; Popiół: 23.38 g;		
wtorek 2026-07-28 Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Szynka z piersi kurczaka 40g, Pomidor 100g, Arbuz 150g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA), Salata 10g,	Zupa jarzynowa z soczewicą i ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Gulasz drobiowy 150g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kasza pęczak 150g, Surówka z młodej kapusty 200g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Pasta jajeczna 60g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Rzodkiewka 100g, Herbata z cytryną 300ml, Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Posiłek nocny: Jogurt wegański 1szt,
Wartości odżywcze: Energia: 2352.02 kcal; Energia: 9673.35 kJ; Białko ogółem: 107.49 g; białko zwierzęce: 69.33 g; białko roślinne: 37.71 g; Tłuszcz: 89.56 g; Węglowodany ogółem: 310.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.62 g; Sód: 2513.90 mg; Potas: 4225.32 mg; Wapń: 1146.89 mg; Fosfor: 1964.99 mg; Błonnik pokarmowy: 35.14 g; suma cukrów prostych: 56.76 g; Woda: 1477.38 g; Popiół: 19.50 g;		
wtorek 2026-07-28 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Szynka z piersi kurczaka 40g, Pomidor 100g, Arbuz 150g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA), Salata 10g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Gulasz drobiowy 150g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kasza jaglana gotowana 150g, Marchew duszona 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Pasta jajeczna 60g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 100g, Herbata z cytryną 300ml, Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Posiłek nocny: Jogurt wegański 1szt,
Wartości odżywcze: Energia: 2533.20 kcal; Energia: 10628.91 kJ; Białko ogółem: 109.30 g; białko zwierzęce: 69.33 g; białko roślinne: 39.51 g; Tłuszcz: 93.59 g; Węglowodany ogółem: 345.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.35 g; Sód: 2489.84 mg; Potas: 4635.72 mg; Wapń: 1167.95 mg; Fosfor: 2150.86 mg; Błonnik pokarmowy: 33.48 g; suma cukrów prostych: 58.96 g; Woda: 1671.19 g; Popiół: 20.03 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-07-28 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z piersi kurczaka 40g , Pomidor 100g , Arbuz 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA), Salata 10g ,	Zupa jarzynowa z soczewicą i ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Gulasz drobiowy 150g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kasza pęczak 150g , Surówka z młodej kapusty 200g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta jajeczna 60g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Rzodkiewka 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Posiłek nocny: Jogurt wegański 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2458.02 kcal; Energia: 10111.71 kJ; Białko ogółem: 108.09 g; białko zwierzęce: 67.13 g; białko roślinne: 40.51 g; Tłuszcz: 88.76 g; Węglowodany ogółem: 323.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.96 g; Sód: 1525.90 mg; Potas: 3739.32 mg; Wapń: 1026.89 mg; Fosfor: 1626.99 mg; Błonnik pokarmowy: 23.54 g; suma cukrów prostych: 51.56 g; Woda: 1411.38 g; Popiół: 15.30 g;		
wtorek 2026-07-28 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Szynka z piersi kurczaka 40g , Pomidor bez skórki 100g , Mus owocowy 120g 1szt , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA), Salata 10g ,	Rosół z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso z udka kurczaka gotowane 90g , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g , Marchew duszona 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Pasta z białek jaja z twarogiem i koperkiem 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor bez skórki 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Posiłek nocny: Jogurt wegański 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2014.56 kcal; Energia: 8440.26 kJ; Białko ogółem: 95.04 g; białko zwierzęce: 62.37 g; białko roślinne: 32.68 g; Tłuszcz: 54.96 g; Węglowodany ogółem: 308.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.48 g; Sód: 3336.21 mg; Potas: 4523.02 mg; Wapń: 1069.89 mg; Fosfor: 1690.10 mg; Błonnik pokarmowy: 27.02 g; suma cukrów prostych: 75.11 g; Woda: 1644.21 g; Popiół: 21.30 g;		
wtorek 2026-07-28 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z piersi kurczaka 50g , Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 100g , Arbuz 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Salata 10g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Gulasz drobiowy 150g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kasza jaglana gotowana 150g , Marchew duszona 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 5g , Szynka drobiowa 30g ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta jajeczna 110g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Szynka z indyka 50g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Jogurt wegański 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2795.78 kcal; Energia: 11730.64 kJ; Białko ogółem: 127.24 g; białko zwierzęce: 85.27 g; białko roślinne: 41.45 g; Tłuszcz: 107.48 g; Węglowodany ogółem: 363.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.69 g; Sód: 2813.26 mg; Potas: 4838.84 mg; Wapń: 1218.53 mg; Fosfor: 2360.68 mg; Błonnik pokarmowy: 35.22 g; suma cukrów prostych: 59.83 g; Woda: 1757.76 g; Popiół: 21.64 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-07-28		
Dieta: GLIWICE DIETA PAKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi zmiksowana 250ml (MLEKO), Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Szpinak gotowany puree 50g (MLEKO), Pasta z wędliny 50g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso z udka kurczaka duszone zmielone 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane puree 250g (MLEKO), Marchew duszona 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Pasta jajeczna 80g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor bez skórki zmiksowany 50g, Herbata z cytryną 300ml, Posiłek nocny: Jogurt wegański 1szt,
Wartości odżywcze: Energia: 1978.03 kcal; Energia: 8285.83 kJ; Białko ogółem: 82.05 g; białko zwierzęce: 50.40 g; białko roślinne: 31.65 g; Tłuszcz: 70.97 g; Węglowodany ogółem: 278.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.16 g; Sód: 2635.50 mg; Potas: 5156.21 mg; Wapń: 1070.62 mg; Fosfor: 1659.13 mg; Błonnik pokarmowy: 28.07 g; suma cukrów prostych: 50.70 g; Woda: 1675.70 g; Popiół: 21.69 g;		
środa 2026-07-29		
Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Chleb razowy 50g, Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 15g, Serek kanapkowy 80g (MLEKO, LAKTOZA), Dżem 25g 1szt, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Brzoskwinia 150g, Jogurt pitny naturalny 1szt, Salata 10g, Musli 20g (GLUTEN),	Zupa pieczarkowa z makaronem 400ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka pieczona 90g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 250g, Fasolka szparagowa parowana 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Polędwica premium 40g, Ogórek kiszony 100g, Herbata z cytryną 300ml, Serek śmietankowy w plastarach naturalny 40g, Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2039.90 kcal; Energia: 8542.00 kJ; Białko ogółem: 91.00 g; białko zwierzęce: 53.12 g; białko roślinne: 37.44 g; Tłuszcz: 54.48 g; Węglowodany ogółem: 321.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.19 g; Sód: 2438.06 mg; Potas: 3954.76 mg; Wapń: 849.72 mg; Fosfor: 1340.15 mg; Błonnik pokarmowy: 29.76 g; suma cukrów prostych: 58.40 g; Woda: 1309.54 g; Popiół: 18.73 g;		
środa 2026-07-29		
Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 15g, Serek kanapkowy 80g (MLEKO, LAKTOZA), Dżem 25g 1szt, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Brzoskwinia 150g, Jogurt pitny naturalny 1szt, Salata 10g, Musli 20g (GLUTEN),	Rosół z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka pieczona 90g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 250g, Fasolka szparagowa parowana 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Polędwica premium 40g, Pomidor 100g, Herbata z cytryną 300ml, Serek śmietankowy w plastarach naturalny 50g, Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2018.40 kcal; Energia: 8454.61 kJ; Białko ogółem: 90.81 g; białko zwierzęce: 53.67 g; białko roślinne: 36.70 g; Tłuszcz: 54.79 g; Węglowodany ogółem: 320.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.38 g; Sód: 1990.59 mg; Potas: 4278.06 mg; Wapń: 871.32 mg; Fosfor: 1420.05 mg; Błonnik pokarmowy: 33.44 g; suma cukrów prostych: 59.81 g; Woda: 1332.16 g; Popiół: 18.31 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-07-29 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb razowy 50g , Bułka grahamka 1szt (GLUTEN, JAJA, ŻYTO), Masło śmietankowe 60% 15g , Serek kanapkowy 80g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 100g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), Brzoskwinia 150g , Jogurt pitny naturalny 1szt , Salata 10g , Musli 20g (GLUTEN), Kurczak gotowany 50g (SELER, GORCZYCA),	Zupa pieczarkowa z makaronem 400ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka pieczona 90g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 250g , Fasolka szparagowa parowana 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica premium 40g , Ogórek kiszony 100g , Herbata z cytryną 300ml , Serek śmietankowy w plastarach naturalny 50g , Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2061.42 kcal; Energia: 8621.56 kJ; Białko ogółem: 105.45 g; białko zwierzęce: 63.47 g; białko roślinne: 41.54 g; Tłuszcz: 50.80 g; Węglowodany ogółem: 319.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.74 g; Sód: 2866.02 mg; Potas: 4323.71 mg; Wapń: 792.09 mg; Fosfor: 1435.40 mg; Błonnik pokarmowy: 29.98 g; suma cukrów prostych: 43.29 g; Woda: 1420.74 g; Popiół: 19.34 g;		
środa 2026-07-29 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Baton pszenney 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Serek kanapkowy 80g (MLEKO, LAKTOZA), Dżem 25g 1szt , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), Banan 150g , Jogurt pitny naturalny 1szt , Salata 10g ,	Rosół z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka gotowana 90g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 250g , Seler duszony 200g (SELER), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Baton pszenney 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Polędwica premium 40g , Pomidor bez skórki 100g , Herbata z cytryną 300ml , Serek śmietankowy w plastarach naturalny 50g , Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2046.39 kcal; Energia: 8572.18 kJ; Białko ogółem: 93.37 g; białko zwierzęce: 56.12 g; białko roślinne: 37.25 g; Tłuszcz: 46.16 g; Węglowodany ogółem: 342.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.18 g; Sód: 2867.62 mg; Potas: 4723.74 mg; Wapń: 767.93 mg; Fosfor: 1397.62 mg; Błonnik pokarmowy: 31.90 g; suma cukrów prostych: 74.51 g; Woda: 1436.43 g; Popiół: 21.03 g;		
środa 2026-07-29 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIĄŁKOWA		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 15g , Serek kanapkowy 80g (MLEKO, LAKTOZA), Kurczak gotowany 50g (SELER, GORCZYCA), Dżem 25g 1szt , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), Brzoskwinia 150g , Jogurt pitny naturalny 1szt , Salata 10g , Musli 20g (GLUTEN),	Rosół z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka pieczona 90g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 250g , Fasolka szparagowa parowana 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Serek śmietankowy w plastarach naturalny 50g , Polędwica premium 40g , Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2237.52 kcal; Energia: 9362.99 kJ; Białko ogółem: 116.26 g; białko zwierzęce: 78.62 g; białko roślinne: 37.20 g; Tłuszcz: 66.54 g; Węglowodany ogółem: 323.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.09 g; Sód: 2478.22 mg; Potas: 4623.81 mg; Wapń: 973.69 mg; Fosfor: 1701.30 mg; Błonnik pokarmowy: 33.44 g; suma cukrów prostych: 61.81 g; Woda: 1452.20 g; Popiół: 20.57 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-07-29		
Dieta: GLIWICE DIETA PAKOWATA		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną zmiksowana 250ml (MLEKO), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 80g (MLEKO, LAKTOZA), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), Marchew duszona puree 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA),	Zupa pieczarkowa z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso drobiowe gotowane zmielone 90g, Ziemniaki gotowane 250g (MLEKO), Sałatka z pomidora 120g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Zupa minestrone z makaronem zmiksowana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Pasta z sera włoskiego 50g (MLEKO), Pomidor bez skórki zmiksowany 50g, Herbata z cytryną 300ml, Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 1883.86 kcal; Energia: 7892.86 kJ; Białko ogółem: 87.26 g; białko zwierzęce: 55.60 g; białko roślinne: 31.65 g; Tłuszcz: 59.70 g; Węglowodany ogółem: 273.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.61 g; Sód: 2701.08 mg; Potas: 4781.80 mg; Wapń: 1039.20 mg; Fosfor: 1572.93 mg; Błonnik pokarmowy: 26.62 g; suma cukrów prostych: 50.49 g; Woda: 1509.49 g; Popiół: 20.96 g;		
czwartek 2026-07-30		
Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Schab ze spiżarni 40g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Pomidor 100g, Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g, Jabłko 1szt,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Indyk sztuka mięsa pieczona 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mizeria ogórka zielonego starta na drobnych oczkach z jogurtem naturalnym 200g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml, Ziemniaki gotowane 250g, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Pasta twarogowa z tuńczykiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ogórek zielony 100g, Herbata z cytryną 300ml, Szynka dębowa drobiowa 40g (SELER, GORCZYCA), Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2064.69 kcal; Energia: 8656.87 kJ; Białko ogółem: 103.68 g; białko zwierzęce: 75.29 g; białko roślinne: 27.94 g; Tłuszcz: 73.83 g; Węglowodany ogółem: 274.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.13 g; Sód: 3553.91 mg; Potas: 4655.51 mg; Wapń: 854.30 mg; Fosfor: 1766.13 mg; Błonnik pokarmowy: 29.68 g; suma cukrów prostych: 39.54 g; Woda: 1605.35 g; Popiół: 21.57 g;		
czwartek 2026-07-30		
Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Schab ze spiżarni 40g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Pomidor 100g, Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g, Jabłko pieczone 145g,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Indyk sztuka mięsa pieczona 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Cukinia duszona 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml, Ziemniaki gotowane 250g, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Pasta twarogowa z tuńczykiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 100g, Herbata z cytryną 300ml, Szynka dębowa drobiowa 40g (SELER, GORCZYCA), Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2135.24 kcal; Energia: 8944.44 kJ; Białko ogółem: 103.44 g; białko zwierzęce: 74.15 g; białko roślinne: 28.84 g; Tłuszcz: 82.32 g; Węglowodany ogółem: 275.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.40 g; Sód: 2993.30 mg; Potas: 4974.16 mg; Wapń: 793.75 mg; Fosfor: 1738.55 mg; Błonnik pokarmowy: 31.54 g; suma cukrów prostych: 39.62 g; Woda: 1537.04 g; Popiół: 19.73 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-07-30 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Schab ze spiżarni 40g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Pomidor 100g , Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g , Jabłko 1szt ,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Indyk sztuka mięsa pieczona 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mizeria ogórka zielonego starta na drobnych oczkach z jogurtem naturalnym 200g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 250g , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta twarogowa z tuńczykiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ogórek zielony 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka dębową drobiową 40g (., SELER, GORCZYCA), Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2170.69 kcal; Energia: 9095.23 kJ; Białko ogółem: 104.28 g; białko zwierzęce: 73.09 g; białko roślinne: 30.74 g; Tłuszcz: 73.03 g; Węglowodany ogółem: 287.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.47 g; Sód: 2565.91 mg; Potas: 4169.51 mg; Wapń: 734.30 mg; Fosfor: 1428.13 mg; Błonnik pokarmowy: 18.08 g; suma cukrów prostych: 34.34 g; Woda: 1539.35 g; Popiół: 17.37 g;		
czwartek 2026-07-30 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Szynka drobiowa gotowana 40g , Pomidor bez skórki 100g , Kakao 300ml (MLEKO), Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Sałata 10g , Banan 150g ,	Rosółek z kaszą manną 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso z udka kurczaka gotowane 90g , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g , Cukinia duszona 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Pasta z białek jaja z twarogiem i koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor bez skórki 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka dębową drobiową 40g (., SELER, GORCZYCA), Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2049.86 kcal; Energia: 8587.17 kJ; Białko ogółem: 101.62 g; białko zwierzęce: 67.30 g; białko roślinne: 34.32 g; Tłuszcz: 60.54 g; Węglowodany ogółem: 295.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.45 g; Sód: 2860.29 mg; Potas: 5045.91 mg; Wapń: 720.32 mg; Fosfor: 1502.62 mg; Błonnik pokarmowy: 24.47 g; suma cukrów prostych: 54.68 g; Woda: 1493.54 g; Popiół: 19.59 g;		
czwartek 2026-07-30 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA		
Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Schab ze spiżarni 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Pomidor 100g , Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g , Jabłko 1szt ,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Indyk sztuka mięsa pieczona 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Cukinia duszona 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 250g , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Maślanka 200ml (MLEKO),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka dębową drobiową 50g (., SELER, GORCZYCA), Pasta twarogowa z tuńczykiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2237.17 kcal; Energia: 9372.80 kJ; Białko ogółem: 113.69 g; białko zwierzęce: 84.48 g; białko roślinne: 28.76 g; Tłuszcz: 85.67 g; Węglowodany ogółem: 282.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.97 g; Sód: 3250.91 mg; Potas: 5295.93 mg; Wapń: 1014.09 mg; Fosfor: 1926.29 mg; Błonnik pokarmowy: 31.14 g; suma cukrów prostych: 48.40 g; Woda: 1701.08 g; Popiół: 21.23 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-07-30		
Dieta: GLIWICE DIETA PAKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi zmięszana 250ml (MLEKO), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Pasta mięsna z warzywami 80g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kakao 300ml (MLEKO), Dynia duszona puree 50g ,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną zmięszana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso drobiowe gotowane zmielone 90g , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki puree 250g , Cukinia duszona puree 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną zmięszana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z tuńczykiem 80g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor bez skórki zmięszany 50g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2111.06 kcal; Energia: 8840.05 kJ; Białko ogółem: 94.33 g; białko zwierzęce: 63.32 g; białko roślinne: 31.01 g; Tłuszcz: 78.07 g; Węglowodany ogółem: 283.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.86 g; Sód: 2427.65 mg; Potas: 5382.14 mg; Wapń: 1008.13 mg; Fosfor: 1726.39 mg; Błonnik pokarmowy: 28.34 g; suma cukrów prostych: 49.52 g; Woda: 1642.40 g; Popiół: 21.56 g;		
piątek 2026-07-31		
Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb razowy 50g , Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Papryka 100g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA), Salata 10g ,	Zupa ogórkowa z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Jajka w sosie koperkowym 2 szt./100ml 1Por (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 250g , Marchewka z groszkiem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Smalec z fasoli z jabłkiem i cebulką 60g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka drobiowa gotowana 40g , Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2177.75 kcal; Energia: 9134.30 kJ; Białko ogółem: 100.43 g; białko zwierzęce: 61.33 g; białko roślinne: 38.66 g; Tłuszcz: 77.15 g; Węglowodany ogółem: 300.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.77 g; Sód: 3339.66 mg; Potas: 4544.74 mg; Wapń: 1016.28 mg; Fosfor: 1775.43 mg; Błonnik pokarmowy: 32.54 g; suma cukrów prostych: 49.50 g; Woda: 1638.21 g; Popiół: 21.58 g;		
piątek 2026-07-31		
Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), Pomidor 100g , Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA), Salata 10g ,	Zupa ryżowa 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Jajka w sosie koperkowym 2 szt./100ml 1Por (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 250g , Marchewka z groszkiem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka drobiowa gotowana 40g , Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2194.26 kcal; Energia: 9202.66 kJ; Białko ogółem: 105.77 g; białko zwierzęce: 68.22 g; białko roślinne: 37.09 g; Tłuszcz: 79.92 g; Węglowodany ogółem: 295.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.52 g; Sód: 3307.62 mg; Potas: 4673.64 mg; Wapń: 1079.40 mg; Fosfor: 1908.65 mg; Błonnik pokarmowy: 34.21 g; suma cukrów prostych: 51.61 g; Woda: 1649.65 g; Popiół: 22.09 g;		
piątek 2026-07-31		
Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb razowy 50g , Bułka grahamka 1szt (GLUTEN, JAJA, ŻYTO), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), Papryka 100g , Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA), Salata 10g ,	Zupa ogórkowa z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Jajka w sosie koperkowym 2 szt./100ml 1Por (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 180g , Surówka z marchewki 200g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Smalec z fasoli z jabłkiem i cebulką 60g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka drobiowa gotowana 40g , Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2257.01 kcal; Energia: 9456.82 kJ; Białko ogółem: 100.39 g; białko zwierzęce: 63.63 g; białko roślinne: 36.31 g; Tłuszcz: 75.89 g; Węglowodany ogółem: 318.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.22 g; Sód: 2829.59 mg; Potas: 4143.83 mg; Wapń: 1105.45 mg; Fosfor: 1663.88 mg; Błonnik pokarmowy: 29.93 g; suma cukrów prostych: 53.41 g; Woda: 1620.18 g; Popiół: 18.61 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-07-31 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Banan 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pomidor bez skóry 80g , Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA), Sałata 10g ,	Rosół z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso z udka kurczaka gotowane 90g , Ziemniaki gotowane 250g , Dynia duszona 200g , Kompot owocowy 300ml , Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor bez skórki 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka drobiowa gotowana 40g , Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2039.91 kcal; Energia: 8548.92 kJ; Białko ogółem: 96.16 g; białko zwierzęce: 60.38 g; białko roślinne: 35.78 g; Tłuszcz: 47.27 g; Węglowodany ogółem: 332.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.70 g; Sód: 3124.26 mg; Potas: 5439.20 mg; Wapń: 1010.47 mg; Fosfor: 1602.82 mg; Błonnik pokarmowy: 29.52 g; suma cukrów prostych: 72.99 g; Popiół: 22.74 g;		
piątek 2026-07-31 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z indyka 50g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Serek wiejski 110g (MLEKO, LAKTOZA), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pomidor 100g , Sałata 10g ,	Zupa ryżowa 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Jajka w sosie koperkowym 2 szt./100ml 1Por (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 250g , Marchewka z groszkiem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 5g , Szynka drobiowa 30g ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka drobiowa gotowana 50g , Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2426.48 kcal; Energia: 10178.02 kJ; Białko ogółem: 127.63 g; białko zwierzęce: 89.79 g; białko roślinne: 37.31 g; Tłuszcz: 88.07 g; Węglowodany ogółem: 315.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.28 g; Sód: 3401.67 mg; Potas: 4707.09 mg; Wapń: 1259.51 mg; Fosfor: 2135.68 mg; Błonnik pokarmowy: 36.80 g; suma cukrów prostych: 58.68 g; Woda: 1703.11 g; Popiół: 22.82 g;		
piątek 2026-07-31 Dieta: GLIWICE DIETA PĄPKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi zmięszana 250ml (MLEKO), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g , Pasta z wędliny 50g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Cukinia duszona puree 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA),	Zupa ryżowa zmięszana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso z udka kurczaka gotowane zmielone 90g , Ziemniaki gotowane puree 250g (MLEKO), Marchewka z groszkiem zmięszana 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 250ml ,	Zupa ryżowa zmięszana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 80g (MLEKO, LAKTOZA), Herbata z cytryną 300ml , Pomidor bez skórki zmięszany 50g , Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 1731.82 kcal; Energia: 7256.41 kJ; Białko ogółem: 75.05 g; białko zwierzęce: 43.01 g; białko roślinne: 31.92 g; Tłuszcz: 51.82 g; Węglowodany ogółem: 265.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.86 g; Sód: 1963.41 mg; Potas: 4498.41 mg; Wapń: 859.25 mg; Fosfor: 1442.59 mg; Błonnik pokarmowy: 26.10 g; suma cukrów prostych: 43.88 g; Woda: 1453.05 g; Popiół: 18.58 g;		

Dietetyk

.....