

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-07-11 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Ogórek zielony 50g , Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Parówka drobiowa min. 75% 60g , Kakao 200ml (MLEKO), Szynka drobiowa 20g ,	Zupa botwinka z ziemniakami 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka pieczona 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kasza jęczmienna gotowana 60g (GLUTEN), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 60g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Jogurt owocowy 100g 1szt ,	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: 1126.13 kcal; Energia: 4338.68 kJ; Białko ogółem: 47.99 g; białko zwierzęce: 33.60 g; białko roślinne: 12.05 g; Tłuszcz: 48.55 g; Węglowodany ogółem: 136.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.42 g; Sód: 1059.57 mg; Potas: 1893.67 mg; Wapń: 395.75 mg; Fosfor: 756.24 mg; Błonnik pokarmowy: 13.04 g; suma cukrów prostych: 17.31 g; Woda: 638.20 g; Popiół: 8.56 g;		
sobota 2026-07-11 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Ogórek zielony 50g , Chleb razowy 30g , Bułka maślana 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Parówka drobiowa min. 75% 60g , Szynka drobiowa 20g , Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa botwinka z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka pieczona 90g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kasza jęczmienna gotowana 90g (GLUTEN), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 100g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Jogurt owocowy 100g 1szt ,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Serek kanapkowy 30g (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 1818.56 kcal; Energia: 7236.97 kJ; Białko ogółem: 74.77 g; białko zwierzęce: 46.34 g; białko roślinne: 26.10 g; Tłuszcz: 63.62 g; Węglowodany ogółem: 255.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.19 g; Sód: 1795.31 mg; Potas: 2613.65 mg; Wapń: 511.97 mg; Fosfor: 1149.91 mg; Błonnik pokarmowy: 21.37 g; suma cukrów prostych: 28.16 g; Woda: 803.22 g; Popiół: 12.69 g;		
sobota 2026-07-11 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Ogórek zielony 50g , Chleb razowy 50g , Bułka maślana 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Parówka drobiowa min. 75% 60g , Szynka drobiowa 30g , Kakao 200ml (MLEKO), Ketchup 17g 1szt ,	Zupa botwinka z ziemniakami 300ml (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), Kasza jęczmienna gotowana 130g (GLUTEN), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 120g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Jogurt owocowy 100g 1szt ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 30g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2263.78 kcal; Energia: 8850.53 kJ; Białko ogółem: 88.47 g; białko zwierzęce: 52.87 g; białko roślinne: 31.38 g; Tłuszcz: 78.08 g; Węglowodany ogółem: 324.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.41 g; Sód: 2111.42 mg; Potas: 3000.62 mg; Wapń: 568.92 mg; Fosfor: 1344.49 mg; Błonnik pokarmowy: 26.31 g; suma cukrów prostych: 29.85 g; Woda: 892.57 g; Popiół: 14.79 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-07-11 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Pomidor 50g , Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Parówka drobiowa min. 75% 60g , Kakao 200ml (MLEKO), Szynka drobiowa 20g ,	Zupa botwinka z ziemniakami 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka duszona 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kasza jaglana gotowana 60g , Marchew duszona 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Jogurt owocowy 100g 1szt ,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Serek kanapkowy 10g (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 1152.07 kcal; Energia: 4826.10 kJ; Białko ogółem: 49.64 g; białko zwierzęce: 33.86 g; białko roślinne: 15.78 g; Tłuszcz: 52.36 g; Węglowodany ogółem: 133.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.32 g; Sód: 1196.75 mg; Potas: 2004.40 mg; Wapń: 387.44 mg; Fosfor: 810.05 mg; Błonnik pokarmowy: 13.51 g; suma cukrów prostych: 18.34 g; Woda: 613.39 g; Popiół: 8.66 g;		
sobota 2026-07-11 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Pomidor 50g , Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka maślana 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka drobiowa 20g , Parówka drobiowa min. 75% 60g , Kakao 200ml (MLEKO),	Pierś z kurczaka duszona 90g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kasza jaglana gotowana 90g , Marchew duszona 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Zupa botwinka z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Podwieczorek: Jogurt owocowy 100g 1szt ,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Serek kanapkowy 30g (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 1810.32 kcal; Energia: 7582.29 kJ; Białko ogółem: 77.16 g; białko zwierzęce: 46.46 g; białko roślinne: 30.69 g; Tłuszcz: 62.94 g; Węglowodany ogółem: 252.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.37 g; Sód: 1926.90 mg; Potas: 2711.97 mg; Wapń: 489.85 mg; Fosfor: 1204.92 mg; Błonnik pokarmowy: 21.11 g; suma cukrów prostych: 29.35 g; Woda: 766.73 g; Popiół: 12.48 g;		
sobota 2026-07-11 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Pomidor 50g , Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka maślana 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szynka drobiowa 30g , Parówka drobiowa min. 75% 60g , Kakao 200ml (MLEKO), Ketchup 17g 1szt ,	Zupa botwinka z ziemniakami 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka duszona 90g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kasza jaglana gotowana 130g , Marchew duszona 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Jogurt owocowy 100g 1szt ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 30g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2250.66 kcal; Energia: 9428.46 kJ; Białko ogółem: 92.13 g; białko zwierzęce: 53.21 g; białko roślinne: 38.59 g; Tłuszcz: 77.41 g; Węglowodany ogółem: 319.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.71 g; Sód: 2339.14 mg; Potas: 3131.79 mg; Wapń: 549.81 mg; Fosfor: 1443.20 mg; Błonnik pokarmowy: 26.09 g; suma cukrów prostych: 31.56 g; Woda: 857.14 g; Popiół: 14.88 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-07-12 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Pomidor 50g , Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJA), Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt , Kakao 200ml (MLEKO), Jogurt owocowy 100g 1szt , Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA),	Rosół z makaronem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udziec z indyka pieczony 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki 60g , Mizeria ogórka zielonego starta na drobnych oczkach z jogurtem naturalnym 60g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Pudding 125g 1szt ,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z koperkiem 10g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Rzodkiewka 50g , Herbata z cytryną 200ml , Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 986.46 kcal; Energia: 3748.61 kJ; Białko ogółem: 46.23 g; białko zwierzęce: 34.64 g; białko roślinne: 9.25 g; Tłuszcz: 35.62 g; Węglowodany ogółem: 128.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.58 g; Sód: 1063.88 mg; Potas: 2028.73 mg; Wapń: 465.72 mg; Fosfor: 785.93 mg; Błonnik pokarmowy: 10.08 g; suma cukrów prostych: 40.88 g; Woda: 791.16 g; Popiół: 8.58 g;		
niedziela 2026-07-12 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Pomidor 50g , Chleb razowy 80g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt , Kakao 200ml (MLEKO), Jogurt owocowy 100g 1szt ,	Rosół z makaronem 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udziec z indyka pieczony 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki 100g , Mizeria ogórka zielonego starta na drobnych oczkach z jogurtem naturalnym 100g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Pudding 125g 1szt ,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z koperkiem 30g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA), Rzodkiewka 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1480.12 kcal; Energia: 5184.95 kJ; Białko ogółem: 71.22 g; białko zwierzęce: 50.43 g; białko roślinne: 14.55 g; Tłuszcz: 46.46 g; Węglowodany ogółem: 205.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.65 g; Sód: 1639.15 mg; Potas: 2771.39 mg; Wapń: 562.37 mg; Fosfor: 1131.41 mg; Błonnik pokarmowy: 14.64 g; suma cukrów prostych: 43.53 g; Woda: 1007.00 g; Popiół: 12.21 g;		
niedziela 2026-07-12 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Pomidor 50g , Chleb razowy 100g , Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Szynka z indyka 30g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt , Kakao 200ml (MLEKO), Jogurt owocowy 100g 1szt ,	Rosół z makaronem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udziec z indyka pieczony 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki 230g , Mizeria ogórka zielonego starta na drobnych oczkach z jogurtem naturalnym 200g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Pudding 125g 1szt ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kurczak gotowany 30g (SELER, GORCZYCA), Rzodkiewka 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1905.95 kcal; Energia: 6715.19 kJ; Białko ogółem: 86.85 g; białko zwierzęce: 57.87 g; białko roślinne: 21.19 g; Tłuszcz: 58.22 g; Węglowodany ogółem: 274.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.64 g; Sód: 2482.28 mg; Potas: 4027.04 mg; Wapń: 655.54 mg; Fosfor: 1407.95 mg; Błonnik pokarmowy: 19.98 g; suma cukrów prostych: 46.66 g; Woda: 1343.30 g; Popiół: 17.51 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-07-12Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Pomidor 50g , Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJA), Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt , Kakao 200ml (MLEKO), Jogurt owocowy 100g 1szt , Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA),	Rosół z makaronem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udziec z indyka gotowany 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki 60g , Cukinia duszona 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Sos pietruszkowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Pudding 125g 1szt ,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z koperkiem 10g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1020.98 kcal; Energia: 4270.15 kJ; Białko ogółem: 46.94 g; białko zwierzęce: 34.75 g; białko roślinne: 12.18 g; Tłuszcz: 39.26 g; Węglowodany ogółem: 131.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.32 g; Sód: 1089.02 mg; Potas: 2254.58 mg; Wapń: 472.06 mg; Fosfor: 845.49 mg; Błonnik pokarmowy: 12.22 g; suma cukrów prostych: 41.85 g; Woda: 815.95 g; Popiół: 8.96 g;		
niedziela 2026-07-12Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Pomidor 50g , Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt , Kakao 200ml (MLEKO), Jogurt owocowy 100g 1szt ,	Rosół z makaronem 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udziec z indyka gotowany 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki 100g , Cukinia duszona 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Sos pietruszkowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Pudding 125g 1szt ,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z koperkiem 30g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1501.00 kcal; Energia: 6278.63 kJ; Białko ogółem: 71.72 g; białko zwierzęce: 50.86 g; białko roślinne: 20.86 g; Tłuszcz: 51.97 g; Węglowodany ogółem: 204.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.61 g; Sód: 1800.57 mg; Potas: 3153.31 mg; Wapń: 588.88 mg; Fosfor: 1271.81 mg; Błonnik pokarmowy: 19.87 g; suma cukrów prostych: 45.69 g; Woda: 1038.81 g; Popiół: 13.29 g;		
niedziela 2026-07-12Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Pomidor 50g , Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Szynka z indyka 30g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt , Kakao 200ml (MLEKO), Jogurt owocowy 100g 1szt ,	Rosół z makaronem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udziec z indyka gotowany 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki 230g , Cukinia duszona 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Pudding 125g 1szt ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kurczak gotowany 30g (SELER, GORCZYCA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1964.76 kcal; Energia: 8216.90 kJ; Białko ogółem: 87.59 g; białko zwierzęce: 58.02 g; białko roślinne: 29.57 g; Tłuszcz: 68.56 g; Węglowodany ogółem: 273.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.12 g; Sód: 2490.95 mg; Potas: 4556.89 mg; Wapń: 673.67 mg; Fosfor: 1578.31 mg; Błonnik pokarmowy: 26.97 g; suma cukrów prostych: 49.28 g; Woda: 1362.01 g; Popiół: 18.26 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-07-13 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Ser mozzarella light (kulka) 10g , Papryka 50g , Kakao 200ml (MLEKO), Szyńka dębowa drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA),	zupa pieczarkowa z ziemniakami 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Bitka wieprzowa ze schabu 100g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Kapusta biała gotowana 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kasza pęczak 60g , Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Arbuz 120g ,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta rybna z łososia z koperkiem 10g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 200ml , Filet pieczony premium 20g (MLEKO, GLUTEN, ., SELER, SOJA, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1279.39 kcal; Energia: 4985.98 kJ; Białko ogółem: 61.75 g; białko zwierzęce: 41.38 g; białko roślinne: 16.13 g; Tłuszcz: 48.42 g; Węglowodany ogółem: 162.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.29 g; Sód: 1175.31 mg; Potas: 2720.70 mg; Wapń: 626.87 mg; Fosfor: 1066.65 mg; Błonnik pokarmowy: 14.74 g; suma cukrów prostych: 33.36 g; Woda: 1010.69 g; Popiół: 10.64 g;		
poniedziałek 2026-07-13 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Chleb razowy 30g , Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Ser mozzarella light (kulka) 30g , Szyńka dębowa drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA), Papryka 50g , Kakao 200ml (MLEKO),	zupa pieczarkowa z ziemniakami 250g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Kapusta biała gotowana 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kasza pęczak 90g , Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Arbuz 120g ,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta rybna z łososia z koperkiem 30g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 200ml , Filet pieczony premium 20g (MLEKO, GLUTEN, ., SELER, SOJA, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1902.78 kcal; Energia: 7595.44 kJ; Białko ogółem: 84.18 g; białko zwierzęce: 46.21 g; białko roślinne: 29.93 g; Tłuszcz: 61.23 g; Węglowodany ogółem: 272.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.99 g; Sód: 1476.64 mg; Potas: 3336.95 mg; Wapń: 737.93 mg; Fosfor: 1364.07 mg; Błonnik pokarmowy: 22.37 g; suma cukrów prostych: 43.80 g; Woda: 1151.83 g; Popiół: 14.48 g;		
poniedziałek 2026-07-13 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 mozzarella light (kulka) 50g , Szyńka dębowa drobiowa 30g (., SELER, GORCZYCA), Papryka 50g , Kakao 200ml (MLEKO), Sałata 10g ,	zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Kapusta biała gotowana 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kasza pęczak 130g , Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Arbuz 120g ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Pasta rybna z łososia z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 200ml , Filet pieczony premium 30g (MLEKO, GLUTEN, ., SELER, SOJA, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 2314.38 kcal; Energia: 9066.38 kJ; Białko ogółem: 102.81 g; białko zwierzęce: 54.92 g; białko roślinne: 34.49 g; Tłuszcz: 78.60 g; Węglowodany ogółem: 320.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.82 g; Sód: 1884.19 mg; Potas: 3826.00 mg; Wapń: 789.55 mg; Fosfor: 1592.92 mg; Błonnik pokarmowy: 26.25 g; suma cukrów prostych: 45.25 g; Woda: 1258.97 g; Popiół: 16.52 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-07-13		
Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka dębowa drobiowa 30g (., SELER, GORCZYCA), Pomidor 60g , Kakao 200ml (MLEKO), Ser mozzarella light (kulka) 10g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Szpinak gotowany 60g (MLEKO), Kasza jęczmienna gotowana 60g (GLUTEN), Kompot owocowy 200ml , Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Arbuz 150g ,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Pasta rybna z łososia z koperkiem 10g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Filet pieczony premium 20g (MLEKO, GLUTEN, ., SELER, SOJA, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1296.27 kcal; Energia: 5433.68 kJ; Białko ogółem: 61.29 g; białko zwierzęce: 41.43 g; białko roślinne: 17.96 g; Tłuszcz: 47.67 g; Węglowodany ogółem: 170.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.11 g; Sód: 1655.25 mg; Potas: 2629.91 mg; Wapń: 630.01 mg; Fosfor: 1090.55 mg; Błonnik pokarmowy: 16.04 g; suma cukrów prostych: 34.33 g; Woda: 934.84 g; Popiół: 11.01 g;		
poniedziałek 2026-07-13		
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 mozzarella light (kulka) 30g , Szynka dębowa drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA), Pomidor 50g , Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa koperkowa z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Szpinak gotowany 100g (MLEKO), Kasza jęczmienna gotowana 90g (GLUTEN), Kompot owocowy 200ml , Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Arbuz 150g ,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta rybna z łososia z koperkiem 30g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Filet pieczony premium 20g (MLEKO, GLUTEN, ., SELER, SOJA, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1941.48 kcal; Energia: 8133.63 kJ; Białko ogółem: 83.89 g; białko zwierzęce: 46.21 g; białko roślinne: 31.98 g; Tłuszcz: 60.85 g; Węglowodany ogółem: 285.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.76 g; Sód: 1832.01 mg; Potas: 3121.68 mg; Wapń: 738.78 mg; Fosfor: 1379.43 mg; Błonnik pokarmowy: 23.79 g; suma cukrów prostych: 44.48 g; Woda: 1043.96 g; Popiół: 14.69 g;		
poniedziałek 2026-07-13		
Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Ser mozzarella light (kulka) 50g , Szynka dębowa drobiowa 30g (., SELER, GORCZYCA), Pomidor 50g , Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Szpinak gotowany 120g (MLEKO), Kasza jęczmienna gotowana 130g (GLUTEN), Kompot owocowy 200ml , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Arbuz 150g ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Pasta rybna z łososia z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Filet pieczony premium 30g (MLEKO, GLUTEN, ., SELER, SOJA, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 2396.40 kcal; Energia: 10037.86 kJ; Białko ogółem: 103.15 g; białko zwierzęce: 55.07 g; białko roślinne: 38.58 g; Tłuszcz: 78.90 g; Węglowodany ogółem: 344.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.47 g; Sód: 2457.84 mg; Potas: 3609.41 mg; Wapń: 801.79 mg; Fosfor: 1661.89 mg; Błonnik pokarmowy: 29.54 g; suma cukrów prostych: 46.25 g; Woda: 1129.13 g; Popiół: 17.31 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-07-14		
Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek włoski 10g (MLEKO), Pomidor 50g , Kakao 200ml (MLEKO), Szynka z piersi kurczaka 20g ,	Zupa minestrone z ziemniakami 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 60g , Pulpet drobiowy 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Surówka z selera z rodzynkami i słonecznikiem 60g (MLEKO, SELER), Kompot owocowy 200ml , Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta jajeczna z pietruszką 10g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1147.63 kcal; Energia: 4326.39 kJ; Białko ogółem: 59.34 g; białko zwierzęce: 45.49 g; białko roślinne: 10.62 g; Tłuszcz: 53.29 g; Węglowodany ogółem: 120.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.18 g; Sód: 1309.37 mg; Potas: 2337.03 mg; Wapń: 697.28 mg; Fosfor: 1033.23 mg; Błonnik pokarmowy: 12.76 g; suma cukrów prostych: 31.60 g; Woda: 820.14 g; Popiół: 10.44 g;		
wtorek 2026-07-14		
Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Chleb razowy 80g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z piersi kurczaka 20g , Serek włoski 30g (MLEKO), Pomidor 50g , Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa minestrone z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 100g , Pulpet drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Surówka z selera z rodzynkami i słonecznikiem 100g (MLEKO, SELER), Kompot owocowy 200ml , Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb razowy 80g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA), Pasta jajeczna z pietruszką 30g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1725.84 kcal; Energia: 5040.32 kJ; Białko ogółem: 86.32 g; białko zwierzęce: 61.43 g; białko roślinne: 10.93 g; Tłuszcz: 68.37 g; Węglowodany ogółem: 202.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.85 g; Sód: 1435.93 mg; Potas: 2914.52 mg; Wapń: 761.07 mg; Fosfor: 1285.90 mg; Błonnik pokarmowy: 14.73 g; suma cukrów prostych: 33.19 g; Woda: 993.09 g; Popiół: 12.24 g;		
wtorek 2026-07-14		
Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Chleb razowy 100g , Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szynka z piersi kurczaka 30g , Serek włoski 50g (MLEKO), Pomidor 50g , Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa minestrone z ziemniakami 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 230g , Pulpet drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Surówka z selera z rodzynkami i słonecznikiem 120g (MLEKO, SELER), Kompot owocowy 200ml , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb razowy 100g , Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Kurczak gotowany 30g (SELER, GORCZYCA), Pasta jajeczna z pietruszką 50g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2157.74 kcal; Energia: 6307.60 kJ; Białko ogółem: 103.76 g; białko zwierzęce: 71.86 g; białko roślinne: 14.52 g; Tłuszcz: 84.57 g; Węglowodany ogółem: 259.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.10 g; Sód: 2020.69 mg; Potas: 3751.29 mg; Wapń: 824.07 mg; Fosfor: 1532.18 mg; Błonnik pokarmowy: 18.33 g; suma cukrów prostych: 35.36 g; Woda: 1191.16 g; Popiół: 15.75 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-07-14 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z piersi kurczaka 30g, Pomidor 50g, Kakao 200ml (MLEKO), Serek włoski 10g (MLEKO),	Zupa minestrone z ziemniakami 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 60g, Pulpet drobiowy 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Seler duszony 60g (SELER), Kompot owocowy 200ml, Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta jajeczna z pietruszką 10g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g, Herbata z cytryną 200ml, Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1120.02 kcal; Energia: 4691.90 kJ; Białko ogółem: 57.74 g; białko zwierzęce: 45.27 g; białko roślinne: 12.47 g; Tłuszcz: 53.96 g; Węglowodany ogółem: 115.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.34 g; Sód: 1677.23 mg; Potas: 2347.13 mg; Wapń: 689.25 mg; Fosfor: 1060.90 mg; Błonnik pokarmowy: 14.01 g; suma cukrów prostych: 31.62 g; Woda: 826.11 g; Popiół: 11.49 g;		
wtorek 2026-07-14 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z piersi kurczaka 20g, Serek włoski 30g (MLEKO), Pomidor 50g, Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa minestrone z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 100g, Pulpet drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Seler duszony 100g (SELER), Kompot owocowy 200ml, Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA), Pasta jajeczna z pietruszką 30g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g, Herbata z cytryną 200ml,
Wartości odżywcze: Energia: 1621.52 kcal; Energia: 6792.41 kJ; Białko ogółem: 83.32 g; białko zwierzęce: 62.27 g; białko roślinne: 21.05 g; Tłuszcz: 69.93 g; Węglowodany ogółem: 187.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.48 g; Sód: 2592.44 mg; Potas: 3198.66 mg; Wapń: 813.69 mg; Fosfor: 1517.92 mg; Błonnik pokarmowy: 23.19 g; suma cukrów prostych: 36.08 g; Woda: 1039.33 g; Popiół: 16.31 g;		
wtorek 2026-07-14 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szynka z piersi kurczaka 30g, Serek włoski 50g (MLEKO), Pomidor 50g, Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa minestrone z ziemniakami 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 230g, Pulpet drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Seler duszony 100g (SELER), Kompot owocowy 200ml, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Kurczak gotowany 30g (SELER, GORCZYCA), Pasta jajeczna z pietruszką 50g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g, Herbata z cytryną 200ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2015.16 kcal; Energia: 8437.75 kJ; Białko ogółem: 99.80 g; białko zwierzęce: 72.95 g; białko roślinne: 26.85 g; Tłuszcz: 85.40 g; Węglowodany ogółem: 238.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.80 g; Sód: 3353.51 mg; Potas: 4049.53 mg; Wapń: 884.28 mg; Fosfor: 1808.50 mg; Błonnik pokarmowy: 27.90 g; suma cukrów prostych: 38.69 g; Woda: 1227.55 g; Popiół: 20.40 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-07-15 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Kakao 200ml (MLEKO), Ogórek zielony 50g , Twarożek 20g (MLEKO, LAKTOZA), Masło orzechowe 10g ,	Zupa jarzynowa z soczewicą i ziemniakami 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Gulasz drobiowy 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Salátka z pomidora 100g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kasza pęczak 60g , Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt ,	Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA), Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Ser żółty niskotłuszczowy 10g , Papryka 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1023.06 kcal; Energia: 3647.21 kJ; Białko ogółem: 44.88 g; białko zwierzęce: 22.98 g; białko roślinne: 13.46 g; Tłuszcz: 45.61 g; Węglowodany ogółem: 119.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.30 g; Sód: 609.45 mg; Potas: 1885.33 mg; Wapń: 367.87 mg; Fosfor: 651.02 mg; Błonnik pokarmowy: 13.26 g; suma cukrów prostych: 24.69 g; Woda: 679.94 g; Popiół: 6.95 g;		
środa 2026-07-15 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Chleb razowy 30g , Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Ogórek zielony 50g , Twarożek 30g (MLEKO, LAKTOZA), Kakao 200ml (MLEKO), Jogurt pitny naturalny 1szt , Masło orzechowe 15g ,	Zupa jarzynowa z soczewicą i ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Gulasz drobiowy 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Salátka z pomidora 120g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kasza pęczak 90g , Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt ,	Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA), Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Ser żółty niskotłuszczowy 30g , Papryka 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1752.28 kcal; Energia: 6571.45 kJ; Białko ogółem: 77.32 g; białko zwierzęce: 33.30 g; białko roślinne: 27.27 g; Tłuszcz: 66.79 g; Węglowodany ogółem: 227.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.61 g; Sód: 928.17 mg; Potas: 2533.11 mg; Wapń: 456.28 mg; Fosfor: 988.22 mg; Błonnik pokarmowy: 20.33 g; suma cukrów prostych: 34.96 g; Woda: 801.79 g; Popiół: 10.69 g;		
środa 2026-07-15 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Chleb razowy 50g , Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Ogórek zielony 50g , Masło orzechowe 15g , Kakao 200ml (MLEKO), Jogurt pitny naturalny 1szt , Twarożek 50g (MLEKO, LAKTOZA),	Zupa jarzynowa z soczewicą i ziemniakami 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Gulasz drobiowy 150g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Salátka z pomidora 200g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 230g , Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt ,	Kurczak gotowany 30g (SELER, GORCZYCA), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Ser żółty niskotłuszczowy 50g , Papryka 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2206.93 kcal; Energia: 8222.55 kJ; Białko ogółem: 103.18 g; białko zwierzęce: 46.67 g; białko roślinne: 31.21 g; Tłuszcz: 90.28 g; Węglowodany ogółem: 265.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.03 g; Sód: 1752.63 mg; Potas: 4078.25 mg; Wapń: 508.07 mg; Fosfor: 1262.98 mg; Błonnik pokarmowy: 24.14 g; suma cukrów prostych: 37.40 g; Woda: 1138.64 g; Popiół: 15.85 g;		
środa 2026-07-15 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pomidor 50g , Kakao 200ml (MLEKO), Twarożek 50g (MLEKO, LAKTOZA), Masło orzechowe 10g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Gulasz drobiowy 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Salátka z pomidora 100g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kasza pęczak 60g , Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt ,	Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA), Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Ser żółty niskotłuszczowy 10g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 987.57 kcal; Energia: 3874.34 kJ; Białko ogółem: 45.81 g; białko zwierzęce: 28.56 g; białko roślinne: 11.16 g; Tłuszcz: 46.88 g; Węglowodany ogółem: 107.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.36 g; Sód: 769.26 mg; Potas: 1901.16 mg; Wapń: 397.44 mg; Fosfor: 704.46 mg; Błonnik pokarmowy: 13.25 g; suma cukrów prostych: 26.16 g; Woda: 680.50 g; Popiół: 7.26 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-07-15 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Pomidor 50g, Masło orzechowe 15g, Kakao 200ml (MLEKO), Jogurt pitny naturalny 1szt, Twarożek 30g (MLEKO, LAKTOZA),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Gulasz drobiowy 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sałatka z pomidora 120g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kasza pęczak 90g, Kompot owocowy 200ml, Podwieczorek: Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt,	Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA), Chleb zwykły 90g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Ser żółty niskotłuszczowy 30g, Pomidor 50g, Herbata z cytryną 200ml,
Wartości odżywcze: Energia: 1810.85 kcal; Energia: 7192.90 kJ; Białko ogółem: 74.37 g; białko zwierzęce: 34.03 g; białko roślinne: 25.93 g; Tłuszcz: 74.91 g; Węglowodany ogółem: 228.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.16 g; Sód: 1224.53 mg; Potas: 2557.42 mg; Wapń: 475.28 mg; Fosfor: 1019.39 mg; Błonnik pokarmowy: 21.73 g; suma cukrów prostych: 36.34 g; Woda: 791.74 g; Popiół: 11.31 g;		
środa 2026-07-15 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Pomidor 50g, Masło orzechowe 15g, Kakao 200ml (MLEKO), Jogurt pitny naturalny 1szt, Twarożek 50g (MLEKO, LAKTOZA),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Gulasz drobiowy 150g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sałatka z pomidora 200g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kasza pęczak 130g, Kompot owocowy 200ml, Podwieczorek: Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt,	Kurczak gotowany 30g (SELER, GORCZYCA), Chleb zwykły 90g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Ser żółty niskotłuszczowy 50g, Pomidor 50g, Herbata z cytryną 200ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2124.40 kcal; Energia: 8505.94 kJ; Białko ogółem: 97.60 g; białko zwierzęce: 47.11 g; białko roślinne: 29.09 g; Tłuszcz: 90.60 g; Węglowodany ogółem: 251.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.24 g; Sód: 1438.97 mg; Potas: 3157.87 mg; Wapń: 516.04 mg; Fosfor: 1244.45 mg; Błonnik pokarmowy: 24.33 g; suma cukrów prostych: 37.35 g; Woda: 948.12 g; Popiół: 13.39 g;		
czwartek 2026-07-16 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Chleb razowy 30g, Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Schab ze spiżarni 20g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Pomidor 50g, Kakao 200ml (MLEKO), Serek kanapkowy 10g (MLEKO, LAKTOZA), Brzoskwinia 200g,	Zupa kalarepowa z kaszą manną 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka gotowana 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sałata z sosem vinegrette 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml, Ziemniaki gotowane 60g, Podwieczorek: Budyń śmietankowy 250g (MLEKO),	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Serek wiejski 10g (MLEKO, LAKTOZA), Ogórek zielony 50g, Herbata z cytryną 200ml, Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szyńka dębowa drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1190.37 kcal; Energia: 4614.38 kJ; Białko ogółem: 49.01 g; białko zwierzęce: 37.28 g; białko roślinne: 9.39 g; Tłuszcz: 40.65 g; Węglowodany ogółem: 167.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.09 g; Sód: 885.71 mg; Potas: 2239.50 mg; Wapń: 619.63 mg; Fosfor: 831.02 mg; Błonnik pokarmowy: 11.77 g; suma cukrów prostych: 67.71 g; Woda: 903.56 g; Popiół: 8.80 g;		
czwartek 2026-07-16 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Chleb razowy 80g, Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Schab ze spiżarni 20g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Serek kanapkowy 30g (MLEKO, LAKTOZA), Jogurt owocowy 100g 1szt, Pomidor 50g, Kakao 200ml (MLEKO), Brzoskwinia 200g,	Zupa kalarepowa z kaszą manną 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka pieczona 95g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sałata z sosem vinegrette 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml, Ziemniaki gotowane 100g, Podwieczorek: Budyń śmietankowy 250g (MLEKO),	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek wiejski 30g (MLEKO, LAKTOZA), Szyńka dębowa drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA), Ogórek zielony 50g, Herbata z cytryną 200ml,
Wartości odżywcze: Energia: 1623.69 kcal; Energia: 5798.68 kJ; Białko ogółem: 70.88 g; białko zwierzęce: 50.88 g; białko roślinne: 13.76 g; Tłuszcz: 48.48 g; Węglowodany ogółem: 238.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.49 g; Sód: 1361.39 mg; Potas: 2738.46 mg; Wapń: 693.58 mg; Fosfor: 1089.79 mg; Błonnik pokarmowy: 15.57 g; suma cukrów prostych: 70.49 g; Woda: 1020.49 g; Popiół: 11.30 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-07-16 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Chleb razowy 50g , Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Schab ze spiżarni 30g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Jogurt owocowy 100g 1szt , Pomidor 50g , Kakao 200ml (MLEKO), Brzoskwinia 200g ,	Zupa kalarepowa z kaszą manną 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka pieczona 95g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sałata z sosem vinegrette 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml , Ziemniaki gotowane 230g , Podwieczorek: Budyń śmietankowy 250g (MLEKO),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA), Szynka dębowa drobiowa 25g (., SELER, GORCZYCA), Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1858.90 kcal; Energia: 7160.51 kJ; Białko ogółem: 80.90 g; białko zwierzęce: 59.07 g; białko roślinne: 17.92 g; Tłuszcz: 62.45 g; Węglowodany ogółem: 259.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.44 g; Sód: 1916.80 mg; Potas: 3451.42 mg; Wapń: 753.63 mg; Fosfor: 1277.87 mg; Błonnik pokarmowy: 18.99 g; suma cukrów prostych: 72.99 g; Woda: 1172.58 g; Popiół: 14.18 g;		
czwartek 2026-07-16 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Schab ze spiżarni 20g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Pomidor 50g , Kakao 200ml (MLEKO), Serek kanapkowy 10g (MLEKO, LAKTOZA), Brzoskwinia 200g ,	Zupa kalarepowa z kaszą manną 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso z udka kurczaka duszone 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Sałata z sosem vinegrette 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml , Ziemniaki gotowane 60g , Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Budyń śmietankowy 250g (MLEKO),	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek wiejski 10g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Szynka dębowa drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1207.13 kcal; Energia: 5062.75 kJ; Białko ogółem: 44.46 g; białko zwierzęce: 32.56 g; białko roślinne: 11.90 g; Tłuszcz: 44.72 g; Węglowodany ogółem: 170.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.32 g; Sód: 1218.16 mg; Potas: 2312.21 mg; Wapń: 633.99 mg; Fosfor: 833.67 mg; Błonnik pokarmowy: 13.96 g; suma cukrów prostych: 68.49 g; Woda: 887.65 g; Popiół: 9.76 g;		
czwartek 2026-07-16 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Schab ze spiżarni 20g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Serek kanapkowy 30g (MLEKO, LAKTOZA), Jogurt owocowy 100g 1szt , Pomidor 50g , Kakao 200ml (MLEKO), Brzoskwinia 200g ,	Zupa kalarepowa z kaszą manną 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso z udka kurczaka duszone 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Sałata z sosem vinegrette 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml , Ziemniaki gotowane 100g , Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Budyń śmietankowy 250g (MLEKO),	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek wiejski 30g (MLEKO, LAKTOZA), Szynka dębowa drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1625.00 kcal; Energia: 6813.60 kJ; Białko ogółem: 64.73 g; białko zwierzęce: 45.25 g; białko roślinne: 19.48 g; Tłuszcz: 54.68 g; Węglowodany ogółem: 238.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.71 g; Sód: 1938.43 mg; Potas: 2924.99 mg; Wapń: 739.44 mg; Fosfor: 1168.38 mg; Błonnik pokarmowy: 20.68 g; suma cukrów prostych: 72.57 g; Woda: 1023.84 g; Popiół: 13.34 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-07-16		
Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Schab ze spiżarni 30g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Jogurt owocowy 100g 1szt, Pomidor 50g, Kakao 200ml (MLEKO), Brzoskwinia 200g,	Zupa kalarepowa z kaszą manną 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso z udka kurczaka duszone 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Salata z sosem vinegrette 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml, Ziemniaki gotowane 230g, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Budyń śmietankowy 250g (MLEKO),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA), Szynka dębową drobiowa 30g (., SELER, GORCZYCA), Pomidor 50g, Herbata z cytryną 200ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2022.98 kcal; Energia: 8479.18 kJ; Białko ogółem: 79.89 g; białko zwierzęce: 54.60 g; białko roślinne: 25.29 g; Tłuszcz: 70.14 g; Węglowodany ogółem: 291.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.23 g; Sód: 2779.77 mg; Potas: 3715.44 mg; Wapń: 812.87 mg; Fosfor: 1407.54 mg; Błonnik pokarmowy: 25.35 g; suma cukrów prostych: 75.60 g; Woda: 1183.31 g; Popiół: 17.03 g;		
piątek 2026-07-17		
Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Zupa mleczna z kaszą manną 200ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 30g, Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 30g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Kakao 200ml (MLEKO), Papryka 50g, Jajko gotowane 0.5szt (JAJA),	Zupa koperkowa z lanym ciastem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Morszczuk panierowany z pieca 50g (GLUTEN, JAJA, RYBY, SEZAM, ŻYTO, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 60g, Surówka z kapusty kiszzonej z marchewką 60g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml, Sos pietruszkowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Biszkopty 20g 1szt (GLUTEN, JAJA),	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy z koperkiem 10g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 60g, Herbata z cytryną 200ml, Szynka z piersi kurczaka 20g,
Wartości odżywcze: Energia: 1049.84 kcal; Energia: 4025.96 kJ; Białko ogółem: 42.88 g; białko zwierzęce: 28.20 g; białko roślinne: 10.14 g; Tłuszcz: 42.37 g; Węglowodany ogółem: 133.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.47 g; Sód: 1284.24 mg; Potas: 1986.91 mg; Wapń: 661.53 mg; Fosfor: 874.55 mg; Błonnik pokarmowy: 10.75 g; suma cukrów prostych: 32.00 g; Woda: 740.00 g; Popiół: 10.00 g;		
piątek 2026-07-17		
Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Zupa mleczna z kaszą manną 200ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 30g, Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJA), Banan 150g, Kakao 200ml (MLEKO), Papryka 50g,	Zupa koperkowa z lanym ciastem 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Morszczuk panierowany z pieca 90g (GLUTEN, JAJA, RYBY, SEZAM, ŻYTO, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 100g, Surówka z kapusty kiszzonej z marchewką 100g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml, Sos pietruszkowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Biszkopty 20g 1szt (GLUTEN, JAJA),	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy z koperkiem 30g (MLEKO, LAKTOZA), Szynka z piersi kurczaka 20g, Pomidor 50g, Herbata z cytryną 200ml,
Wartości odżywcze: Energia: 1673.43 kcal; Energia: 6639.11 kJ; Białko ogółem: 56.75 g; białko zwierzęce: 30.54 g; białko roślinne: 21.67 g; Tłuszcz: 52.75 g; Węglowodany ogółem: 260.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.16 g; Sód: 2173.38 mg; Potas: 3393.41 mg; Wapń: 763.35 mg; Fosfor: 1142.88 mg; Błonnik pokarmowy: 20.48 g; suma cukrów prostych: 61.06 g; Woda: 1036.14 g; Popiół: 15.81 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-07-17		
Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Zupa mleczna z kaszą manną 200ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 50g , Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 30g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Banan 150g , Kakao 200ml (MLEKO), Papryka 50g ,	Zupa koperkowa z lanym ciastem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Morszczuk panierowany z pieca 90g (GLUTEN, JAJA, RYBY, SEZAM, ŻYTO, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 230g , Surówka z kapusty kiszonej z marchewką 200g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml , Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Biszkopty 20g 1szt (GLUTEN, JAJA),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy z koperkiem 50g (MLEKO, LAKTOZA), Szynka z piersi kurczaka 25g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2133.33 kcal; Energia: 8309.56 kJ; Białko ogółem: 74.25 g; białko zwierzęce: 40.97 g; białko roślinne: 27.18 g; Tłuszcz: 72.78 g; Węglowodany ogółem: 318.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.12 g; Sód: 3008.00 mg; Potas: 4403.48 mg; Wapń: 867.58 mg; Fosfor: 1425.44 mg; Błonnik pokarmowy: 26.41 g; suma cukrów prostych: 63.53 g; Woda: 1320.96 g; Popiół: 21.13 g;		
piątek 2026-07-17		
Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Zupa mleczna z kaszą manną 200ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Kakao 200ml (MLEKO), Pomidor 50g , Jajko gotowane 0.5szt (JAJA),	Zupa koperkowa z lanym ciastem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Morszczuk parowany 50g (GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 60g , Marchew duszona 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Sos pietruszkowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Biszkopty 20g 1szt (GLUTEN, JAJA),	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy z koperkiem 10g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Szynka z piersi kurczaka 20g ,
Wartości odżywcze: Energia: 975.46 kcal; Energia: 4093.44 kJ; Białko ogółem: 39.73 g; białko zwierzęce: 26.65 g; białko roślinne: 10.88 g; Tłuszcz: 39.56 g; Węglowodany ogółem: 126.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.26 g; Sód: 1222.74 mg; Potas: 1964.54 mg; Wapń: 668.81 mg; Fosfor: 886.00 mg; Błonnik pokarmowy: 11.91 g; suma cukrów prostych: 33.54 g; Woda: 720.77 g; Popiół: 9.26 g;		
piątek 2026-07-17		
Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Zupa mleczna z kaszą manną 200ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Banan 150g , Kakao 200ml (MLEKO), Pomidor 50g ,	Zupa koperkowa z lanym ciastem 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 100g , Marchew duszona 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Morszczuk parowany 90g (GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sos pietruszkowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Biszkopty 20g 1szt (GLUTEN, JAJA),	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy z koperkiem 30g (MLEKO, LAKTOZA), Szynka z piersi kurczaka 20g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1631.95 kcal; Energia: 6845.37 kJ; Białko ogółem: 59.74 g; białko zwierzęce: 35.58 g; białko roślinne: 21.96 g; Tłuszcz: 51.79 g; Węglowodany ogółem: 251.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.01 g; Sód: 2131.61 mg; Potas: 3489.80 mg; Wapń: 786.94 mg; Fosfor: 1254.10 mg; Błonnik pokarmowy: 21.88 g; suma cukrów prostych: 63.16 g; Woda: 1075.22 g; Popiół: 15.15 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-07-17		
Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Zupa mleczna z kaszą manną 200ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 30g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Banan 150g, Kakao 200ml (MLEKO), Pomidor 50g,	Zupa koperkowa z lanym ciastem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Morszczuk parowany 90g (GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 230g, Marchew duszona 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml, Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Biszkopcy 20g 1szt (GLUTEN, JAJA),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy z koperkiem 50g (MLEKO, LAKTOZA), Szynka z piersi kurczaka 30g, Pomidor 50g, Herbata z cytryną 200ml,
Wartości odżywcze: Energia: 1995.98 kcal; Energia: 8369.15 kJ; Białko ogółem: 71.38 g; białko zwierzęce: 41.33 g; białko roślinne: 27.86 g; Tłuszcz: 65.61 g; Węglowodany ogółem: 304.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.67 g; Sód: 2745.81 mg; Potas: 4316.55 mg; Wapń: 854.04 mg; Fosfor: 1473.54 mg; Błonnik pokarmowy: 27.22 g; suma cukrów prostych: 66.02 g; Woda: 1252.05 g; Popiół: 18.68 g;		
sobota 2026-07-18		
Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Salatka jarzynowa 60g, Chleb razowy 30g, Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Parówka drobiowa min. 75% 30g, Kakao 200ml (MLEKO), Szynka dębową drobiowa 20g (SELER, GORCZYCA),	Sos pomidorowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Zupa ogórkowa z ziemniakami 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kotlet wieprzowy warzywno-mięsny 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki gotowane 60g, Fasolka szparagowa parowana 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml, Podwieczorek: Serek homogenizowany waniliowy 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek włoski 10g (MLEKO), Pomidor 50g, Herbata z cytryną 200ml, Polędwica premium 20g,
Wartości odżywcze: Energia: 1117.41 kcal; Energia: 4301.72 kJ; Białko ogółem: 56.71 g; białko zwierzęce: 42.87 g; białko roślinne: 11.50 g; Tłuszcz: 49.08 g; Węglowodany ogółem: 124.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.56 g; Sód: 1240.37 mg; Potas: 1954.44 mg; Wapń: 486.80 mg; Fosfor: 833.68 mg; Błonnik pokarmowy: 13.02 g; suma cukrów prostych: 31.44 g; Woda: 664.50 g; Popiół: 8.39 g;		
sobota 2026-07-18		
Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Salatka jarzynowa 100g, Chleb razowy 30g, Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Parówka drobiowa min. 75% 60g, Szynka dębową drobiowa 20g (SELER, GORCZYCA), Kakao 200ml (MLEKO),	Sos pomidorowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Zupa ogórkowa z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kotlet wieprzowy warzywno-mięsny 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki gotowane 100g, Fasolka szparagowa parowana 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml, Podwieczorek: Serek homogenizowany waniliowy 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Polędwica premium 20g, Serek włoski 30g (MLEKO), Pomidor 50g, Herbata z cytryną 200ml,
Wartości odżywcze: Energia: 1631.51 kcal; Energia: 6451.31 kJ; Białko ogółem: 78.25 g; białko zwierzęce: 54.86 g; białko roślinne: 21.05 g; Tłuszcz: 69.07 g; Węglowodany ogółem: 192.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.27 g; Sód: 2231.02 mg; Potas: 2714.05 mg; Wapń: 596.84 mg; Fosfor: 1168.13 mg; Błonnik pokarmowy: 19.90 g; suma cukrów prostych: 35.53 g; Woda: 895.99 g; Popiół: 12.96 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-07-18 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Salatka jarzynowa 100g , Chleb razowy 50g , Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Parówka drobiowa min. 75% 60g , Szynka dębowa drobiowa 30g (., SELER, GORCZYCA), Kakao 200ml (MLEKO), Ketchup 17g 1szt ,	Sos pomidorowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kotlet wieprzowy warzywno-mięsny 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki gotowane 230g , Fasolka szparagowa parowana 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Serek homogenizowany waniliowy 1 szt. 150g (MLEKO),	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: 2024.14 kcal; Energia: 7843.95 kJ; Białko ogółem: 93.16 g; białko zwierzęce: 62.77 g; białko roślinne: 26.17 g; Tłuszcz: 80.45 g; Węglowodany ogółem: 253.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.71 g; Sód: 2827.30 mg; Potas: 3586.60 mg; Wapń: 656.70 mg; Fosfor: 1376.03 mg; Błonnik pokarmowy: 24.31 g; suma cukrów prostych: 37.85 g; Woda: 1065.97 g; Popiół: 16.26 g;		
sobota 2026-07-18 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Pomidor 50g , Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Parówka drobiowa min. 75% 60g , Kakao 200ml (MLEKO), Szynka dębowa drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA),	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet wieprzowo-warzywny 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Sos pomidorowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 60g , Seler duszony 60g (SELER), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Serek homogenizowany waniliowy 1 szt. 150g (MLEKO),	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: 1214.15 kcal; Energia: 5088.07 kJ; Białko ogółem: 59.14 g; białko zwierzęce: 46.88 g; białko roślinne: 12.26 g; Tłuszcz: 60.56 g; Węglowodany ogółem: 123.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.50 g; Sód: 1640.77 mg; Potas: 2188.47 mg; Wapń: 497.73 mg; Fosfor: 938.51 mg; Błonnik pokarmowy: 14.92 g; suma cukrów prostych: 32.14 g; Woda: 687.80 g; Popiół: 9.98 g;		
sobota 2026-07-18 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Pomidor 50g , Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Parówka drobiowa min. 75% 60g , Szynka dębowa drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA), Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet wieprzowo-warzywny 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Sos pomidorowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 100g , Seler duszony 100g (SELER), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Serek homogenizowany waniliowy 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Polędwica premium 20g , Serek włoski 30g (MLEKO), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1725.40 kcal; Energia: 7229.18 kJ; Białko ogółem: 78.51 g; białko zwierzęce: 56.18 g; białko roślinne: 22.34 g; Tłuszcz: 76.75 g; Węglowodany ogółem: 202.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.26 g; Sód: 2716.13 mg; Potas: 2953.60 mg; Wapń: 596.08 mg; Fosfor: 1287.36 mg; Błonnik pokarmowy: 23.02 g; suma cukrów prostych: 36.92 g; Woda: 879.02 g; Popiół: 14.83 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-07-18 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Pomidor 50g , Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Parówka drobiowa min. 75% 60g , Szynka dębowa drobiowa 30g (., SELER, GORCZYCA), Kakao 200ml (MLEKO), Ketchup 17g 1szt ,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet wieprzowo-warzywny 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Sos pomidorowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 230g , Seler duszony 120g (SELER), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Serek homogenizowany waniliowy 1 szt. 150g (MLEKO),	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: 2127.40 kcal; Energia: 8914.35 kJ; Białko ogółem: 93.48 g; białko zwierzęce: 64.31 g; białko roślinne: 28.85 g; Tłuszcz: 89.31 g; Węglowodany ogółem: 265.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.84 g; Sód: 3478.50 mg; Potas: 3900.02 mg; Wapń: 665.13 mg; Fosfor: 1544.12 mg; Błonnik pokarmowy: 29.15 g; suma cukrów prostych: 40.04 g; Woda: 1056.21 g; Popiół: 18.77 g;		
niedziela 2026-07-19 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), Mięso z udka kurczaka duszone 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Sos pietruszkowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 60g , Surówka z młodej kapusty 60g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Maślanka 200ml (MLEKO),	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), 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: 1006.92 kcal; Energia: 3531.21 kJ; Białko ogółem: 45.70 g; białko zwierzęce: 32.41 g; białko roślinne: 8.69 g; Tłuszcz: 39.99 g; Węglowodany ogółem: 124.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.81 g; Sód: 805.32 mg; Potas: 1919.65 mg; Wapń: 571.64 mg; Fosfor: 725.39 mg; Błonnik pokarmowy: 10.23 g; suma cukrów prostych: 26.68 g; Woda: 748.78 g; Popiół: 7.94 g;		
niedziela 2026-07-19 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), Mięso z udka kurczaka duszone 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Sos pietruszkowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 100g , Surówka z młodej kapusty 100g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Maślanka 200ml (MLEKO),	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: 1440.09 kcal; Energia: 4928.06 kJ; Białko ogółem: 66.77 g; białko zwierzęce: 45.61 g; białko roślinne: 13.77 g; Tłuszcz: 51.11 g; Węglowodany ogółem: 190.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.09 g; Sód: 1232.63 mg; Potas: 2552.07 mg; Wapń: 654.78 mg; Fosfor: 1008.19 mg; Błonnik pokarmowy: 15.79 g; suma cukrów prostych: 29.70 g; Woda: 897.69 g; Popiół: 10.76 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-07-19		
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), Mięso z udka kurczaka duszone 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 230g , Surówka z młodej kapusty 120g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Maślanka 200ml (MLEKO),	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: 1899.16 kcal; Energia: 6576.57 kJ; Białko ogółem: 84.20 g; białko zwierzęce: 55.70 g; białko roślinne: 19.33 g; Tłuszcz: 67.10 g; Węglowodany ogółem: 255.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.96 g; Sód: 1723.60 mg; Potas: 3605.67 mg; Wapń: 725.19 mg; Fosfor: 1257.46 mg; Błonnik pokarmowy: 20.85 g; suma cukrów prostych: 32.60 g; Woda: 1110.97 g; Popiół: 14.42 g;		
niedziela 2026-07-19		
Dieta: 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),	Mięso z udka kurczaka duszone 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),	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: 923.29 kcal; Energia: 3868.04 kJ; Białko ogółem: 43.93 g; białko zwierzęce: 32.74 g; białko roślinne: 11.18 g; Tłuszcz: 40.08 g; Węglowodany ogółem: 107.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.92 g; Sód: 901.94 mg; Potas: 2164.46 mg; Wapń: 587.51 mg; Fosfor: 785.92 mg; Błonnik pokarmowy: 11.03 g; suma cukrów prostych: 27.51 g; Woda: 784.30 g; Popiół: 8.62 g;		
niedziela 2026-07-19		
Dieta: 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 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 100g , Cukinia duszona 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Mięso z udka kurczaka duszone 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Maślanka 200ml (MLEKO),	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: 1403.32 kcal; Energia: 5878.03 kJ; Białko ogółem: 67.92 g; białko zwierzęce: 48.06 g; białko roślinne: 19.86 g; Tłuszcz: 53.01 g; Węglowodany ogółem: 181.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.66 g; Sód: 1554.56 mg; Potas: 3026.05 mg; Wapń: 704.13 mg; Fosfor: 1182.92 mg; Błonnik pokarmowy: 18.68 g; suma cukrów prostych: 31.87 g; Woda: 987.09 g; Popiół: 12.70 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-07-19		
Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Pomidor 50g , Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Schab ze szpizarni 30g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Serek włoski 50g (MLEKO), Kakao 200ml (MLEKO),	Rosół z makaronem 300ml (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 230g , Cukinia duszona 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Maślanka 200ml (MLEKO),	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: 1851.03 kcal; Energia: 7750.02 kJ; Białko ogółem: 84.35 g; białko zwierzęce: 56.88 g; białko roślinne: 27.47 g; Tłuszcz: 68.01 g; Węglowodany ogółem: 248.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.33 g; Sód: 2127.49 mg; Potas: 4165.75 mg; Wapń: 791.20 mg; Fosfor: 1460.94 mg; Błonnik pokarmowy: 24.94 g; suma cukrów prostych: 35.49 g; Woda: 1229.54 g; Popiół: 16.93 g;		
poniedziałek 2026-07-20		
Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Kurczak gotowany z kurnej półki 20g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, SEZAM), Ser żółty niskotłuszczowy 10g , Papryka 50g , Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Makaron gotowany z sosem bolońskim z mięsem mielonym drobiowym 150g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LUBIN, LAKTOZA), Kompot owocowy 200ml , Sałata z sosem vinegrette 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), 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),
Wartości odżywcze: Energia: 1224.83 kcal; Energia: 4383.69 kJ; Białko ogółem: 48.20 g; białko zwierzęce: 23.90 g; białko roślinne: 12.17 g; Tłuszcz: 38.61 g; Węglowodany ogółem: 180.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.56 g; Sód: 593.20 mg; Potas: 2485.81 mg; Wapń: 547.40 mg; Fosfor: 728.18 mg; Błonnik pokarmowy: 11.77 g; suma cukrów prostych: 52.43 g; Woda: 813.40 g; Popiół: 8.80 g;		
poniedziałek 2026-07-20		
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), Kurczak gotowany z kurnej półki 20g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, SEZAM), Chleb razowy 80g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Makaron gotowany z sosem bolońskim z mięsem mielonym drobiowym 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LUBIN, LAKTOZA), Kompot owocowy 200ml , Sałata z sosem vinegrette 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), 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 ,
Wartości odżywcze: Energia: 1664.58 kcal; Energia: 4965.95 kJ; Białko ogółem: 70.37 g; białko zwierzęce: 29.64 g; białko roślinne: 13.80 g; Tłuszcz: 43.48 g; Węglowodany ogółem: 255.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.93 g; Sód: 621.27 mg; Potas: 2639.96 mg; Wapń: 573.77 mg; Fosfor: 820.73 mg; Błonnik pokarmowy: 12.49 g; suma cukrów prostych: 53.31 g; Woda: 855.21 g; Popiół: 9.39 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-07-20 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 , Kurczak gotowany z kurnej półki 30g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, SEZAM), Papryka 50g , Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Makaron gotowany z sosem bolońskim z mięsem mielonym drobiowym 300g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Kompot owocowy 200ml , Salata z sosem vinegrette 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Banan 150g ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Twaróg krajanka plaster 50g (MLEKO, LAKTOZA), Szyunka z indyka 30g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1988.26 kcal; Energia: 7078.30 kJ; Białko ogółem: 87.26 g; białko zwierzęce: 40.07 g; białko roślinne: 22.96 g; Tłuszcz: 57.79 g; Węglowodany ogółem: 294.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.10 g; Sód: 1212.34 mg; Potas: 3097.76 mg; Wapń: 663.33 mg; Fosfor: 1133.78 mg; Błonnik pokarmowy: 19.05 g; suma cukrów prostych: 56.70 g; Woda: 934.50 g; Popiół: 12.33 g;		
poniedziałek 2026-07-20 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 , Kurczak gotowany z kurnej półki 20g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, SEZAM), Pomidor 50g , Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Makaron gotowany z sosem bolońskim z mięsem mielonym drobiowym 150g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Kompot owocowy 200ml , Salata z sosem vinegrette 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Banan 150g ,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szyunka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Twaróg krajanka plaster 10g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1180.90 kcal; Energia: 4954.23 kJ; Białko ogółem: 47.60 g; białko zwierzęce: 24.56 g; białko roślinne: 15.60 g; Tłuszcz: 38.65 g; Węglowodany ogółem: 174.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.72 g; Sód: 888.13 mg; Potas: 2671.50 mg; Wapń: 573.43 mg; Fosfor: 814.59 mg; Błonnik pokarmowy: 14.83 g; suma cukrów prostych: 53.96 g; Woda: 803.98 g; Popiół: 9.83 g;		
poniedziałek 2026-07-20 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), Kurczak gotowany z kurnej półki 20g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, SEZAM),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Makaron gotowany z sosem bolońskim z mięsem mielonym drobiowym 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Kompot owocowy 200ml , Salata z sosem vinegrette 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Banan 150g ,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Twaróg krajanka plaster 30g (MLEKO, LAKTOZA), Szyunka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1369.25 kcal; Energia: 5744.29 kJ; Białko ogółem: 63.48 g; białko zwierzęce: 30.52 g; białko roślinne: 18.51 g; Tłuszcz: 42.57 g; Węglowodany ogółem: 198.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.16 g; Sód: 1012.60 mg; Potas: 2874.25 mg; Wapń: 611.79 mg; Fosfor: 940.93 mg; Błonnik pokarmowy: 16.71 g; suma cukrów prostych: 55.36 g; Woda: 852.39 g; Popiół: 10.84 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-07-20		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 , Kurczak gotowany z kurnej półki 30g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, SEZAM), Pomidor 80g , Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Makaron gotowany z sosem bolońskim z mięsem mielonym drobiowym 300g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Kompot owocowy 200ml , Salata z sosem vinegrette 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Banan 150g ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Twaróg krajanka plaster 30g (MLEKO, LAKTOZA), Szyunka z indyka 30g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 80g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1905.08 kcal; Energia: 7989.32 kJ; Białko ogółem: 83.23 g; białko zwierzęce: 37.28 g; białko roślinne: 29.52 g; Tłuszcz: 57.15 g; Węglowodany ogółem: 287.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.84 g; Sód: 1700.84 mg; Potas: 3537.62 mg; Wapń: 699.56 mg; Fosfor: 1254.01 mg; Błonnik pokarmowy: 25.20 g; suma cukrów prostych: 58.66 g; Woda: 983.95 g; Popiół: 14.35 g;		

Dietetyk

.....