

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-07-21 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Serek śmietankowy w plastarch naturalny 10g , Pomidor 50g , Kakao 200ml (MLEKO), Arbuz 150g ,	Zupa kalarepowa z kaszą manną 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sos pietruszkowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 180g , Surówka z marchewki i selera 60g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml , Pieczeń rzymska drobiowa 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z piersi kurczaka 20g , Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 10g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1245.32 kcal; Energia: 5221.93 kJ; Białko ogółem: 45.87 g; białko zwierzęce: 26.87 g; białko roślinne: 17.40 g; Tłuszcz: 43.15 g; Węglowodany ogółem: 183.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.82 g; Sód: 1584.12 mg; Potas: 2917.14 mg; Wapń: 617.73 mg; Fosfor: 942.77 mg; Błonnik pokarmowy: 18.22 g; suma cukrów prostych: 36.51 g; Woda: 1030.61 g; Popiół: 11.80 g;		
wtorek 2026-07-21 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Serek śmietankowy w plastarch naturalny 30g , Pomidor 50g , Kakao 200ml (MLEKO), Arbuz 150g ,	Zupa kalarepowa z kaszą manną 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 90g , Surówka z marchewki i selera 100g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml , Pieczeń rzymska drobiowa 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z piersi kurczaka 20g , Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 30g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1641.88 kcal; Energia: 6882.61 kJ; Białko ogółem: 63.45 g; białko zwierzęce: 37.08 g; białko roślinne: 24.77 g; Tłuszcz: 55.92 g; Węglowodany ogółem: 243.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.22 g; Sód: 2151.87 mg; Potas: 3138.12 mg; Wapń: 735.15 mg; Fosfor: 1236.57 mg; Błonnik pokarmowy: 25.96 g; suma cukrów prostych: 40.73 g; Woda: 1109.35 g; Popiół: 14.13 g;		
wtorek 2026-07-21 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 30g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Serek śmietankowy w plastarch naturalny 50g , Pomidor 50g , Kakao 200ml (MLEKO), Arbuz 150g ,	Zupa kalarepowa z kaszą manną 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sos pietruszkowy 130ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 130g , Surówka z marchewki i selera 120g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml , Pieczeń rzymska drobiowa 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szynka z piersi kurczaka 30g , Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1950.38 kcal; Energia: 8173.63 kJ; Białko ogółem: 72.81 g; białko zwierzęce: 41.81 g; białko roślinne: 29.40 g; Tłuszcz: 70.18 g; Węglowodany ogółem: 283.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.79 g; Sód: 2623.79 mg; Potas: 3601.24 mg; Wapń: 804.85 mg; Fosfor: 1405.31 mg; Błonnik pokarmowy: 30.50 g; suma cukrów prostych: 43.51 g; Woda: 1218.66 g; Popiół: 16.55 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-07-21 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 indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Serek śmietankowy w plastarch naturalny 10g , Pomidor 50g , Kakao 200ml (MLEKO), Arbuz 150g ,	Pieczeń ryńska drobiowa 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Zupa kalarepowa z kaszą manną 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sos pietruszkowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 180g , Surówka z marchewki i selera 60g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z piersi kurczaka 20g , Pasta twarogowa z koperkiem 10g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1245.32 kcal; Energia: 5221.93 kJ; Białko ogółem: 45.87 g; białko zwierzęce: 26.87 g; białko roślinne: 17.40 g; Tłuszcz: 43.15 g; Węglowodany ogółem: 183.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.82 g; Sód: 1584.12 mg; Potas: 2917.17 mg; Wapń: 617.72 mg; Fosfor: 942.77 mg; Błonnik pokarmowy: 18.22 g; suma cukrów prostych: 36.51 g; Woda: 1030.60 g; Popiół: 11.80 g;		
wtorek 2026-07-21 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Serek śmietankowy w plastarch naturalny 30g , Pomidor 50g , Kakao 200ml (MLEKO), Arbuz 150g ,	Pieczeń ryńska drobiowa 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Zupa kalarepowa z kaszą manną 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 90g , Surówka z marchewki i selera 100g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z piersi kurczaka 20g , Pasta twarogowa z koperkiem 30g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1641.88 kcal; Energia: 6882.60 kJ; Białko ogółem: 63.45 g; białko zwierzęce: 37.08 g; białko roślinne: 24.77 g; Tłuszcz: 55.92 g; Węglowodany ogółem: 243.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.22 g; Sód: 2151.87 mg; Potas: 3138.20 mg; Wapń: 735.14 mg; Fosfor: 1236.57 mg; Błonnik pokarmowy: 25.96 g; suma cukrów prostych: 40.73 g; Woda: 1109.35 g; Popiół: 14.13 g;		
wtorek 2026-07-21 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 30g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Serek śmietankowy w plastarch naturalny 50g , Pomidor 50g , Kakao 200ml (MLEKO), Arbuz 150g ,	Pieczeń ryńska drobiowa 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Zupa kalarepowa z kaszą manną 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sos pietruszkowy 130ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 130g , Surówka z marchewki i selera 120g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 90g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szynka z piersi kurczaka 30g , Pasta twarogowa z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1925.57 kcal; Energia: 8069.71 kJ; Białko ogółem: 72.06 g; białko zwierzęce: 41.70 g; białko roślinne: 28.75 g; Tłuszcz: 70.00 g; Węglowodany ogółem: 278.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.76 g; Sód: 2574.10 mg; Potas: 3577.06 mg; Wapń: 798.82 mg; Fosfor: 1388.41 mg; Błonnik pokarmowy: 29.92 g; suma cukrów prostych: 43.25 g; Woda: 1215.35 g; Popiół: 16.34 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-07-22 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Chleb razowy 30g , Masło orzechowe 10g , Serek kanapkowy 10g (MLEKO, LAKTOZA), Morele 150g , Kakao 200ml (MLEKO), Jogurt pitny naturalny 1szt ,	Zupa pomidorowa z ryżem 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), Bukiet jarzyn 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 60g , Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Jogurt wegański 1szt ,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek włoski 10g (MLEKO), Szynka dębowa drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA), Papryka 50g , Sałata 10g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 896.93 kcal; Energia: 3496.79 kJ; Białko ogółem: 45.21 g; białko zwierzęce: 29.49 g; białko roślinne: 13.12 g; Tłuszcz: 29.33 g; Węglowodany ogółem: 123.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.19 g; Sód: 1003.60 mg; Potas: 2285.05 mg; Wapń: 560.20 mg; Fosfor: 753.92 mg; Błonnik pokarmowy: 13.78 g; suma cukrów prostych: 31.07 g; Woda: 720.89 g; Popiół: 8.73 g;		
środa 2026-07-22 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Chleb razowy 30g , Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło orzechowe 10g , Serek kanapkowy 30g (MLEKO, LAKTOZA), Morele 150g , Kakao 200ml (MLEKO), Jogurt pitny naturalny 1szt ,	Zupa pomidorowa z ryżem 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), Bukiet jarzyn 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 100g , Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Jogurt wegański 1szt ,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek włoski 30g (MLEKO), Szynka dębowa drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA), Papryka 50g , Sałata 10g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1526.72 kcal; Energia: 6132.86 kJ; Białko ogółem: 74.87 g; białko zwierzęce: 45.97 g; białko roślinne: 26.30 g; Tłuszcz: 42.21 g; Węglowodany ogółem: 228.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.29 g; Sód: 1410.98 mg; Potas: 3065.42 mg; Wapń: 683.02 mg; Fosfor: 1144.12 mg; Błonnik pokarmowy: 20.89 g; suma cukrów prostych: 42.41 g; Woda: 898.97 g; Popiół: 13.03 g;		
środa 2026-07-22 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Chleb razowy 50g , Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło orzechowe 15g , Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Morele 150g , Kakao 200ml (MLEKO), Jogurt pitny naturalny 1szt ,	Zupa pomidorowa z ryżem 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), Bukiet jarzyn 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 230g , Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Jogurt wegański 1szt ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Serek włoski 50g (MLEKO), Szynka dębowa drobiowa 30g (., SELER, GORCZYCA), Papryka 50g , Sałata 10g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1916.01 kcal; Energia: 7630.59 kJ; Białko ogółem: 91.38 g; białko zwierzęce: 54.44 g; białko roślinne: 33.04 g; Tłuszcz: 53.96 g; Węglowodany ogółem: 285.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.01 g; Sód: 2083.09 mg; Potas: 3890.12 mg; Wapń: 752.68 mg; Fosfor: 1374.44 mg; Błonnik pokarmowy: 25.65 g; suma cukrów prostych: 44.99 g; Woda: 1067.81 g; Popiół: 16.51 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-07-22 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło orzechowe 10g, Serek kanapkowy 10g (MLEKO, LAKTOZA), Morele 150g, Kakao 200ml (MLEKO), Jogurt pitny naturalny 1szt,	Zupa pomidorowa z ryżem 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), Bukiet jarzyn 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 60g, Kompot owocowy 200ml, Podwieczorek: Jogurt wegański 1szt,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Serek włoski 10g (MLEKO), Szynka dębowa drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA), Papryka 50g, Sałata 10g, Herbata z cytryną 200ml,
Wartości odżywcze: Energia: 917.78 kcal; Energia: 3584.83 kJ; Białko ogółem: 45.15 g; białko zwierzęce: 29.85 g; białko roślinne: 12.70 g; Tłuszcz: 33.57 g; Węglowodany ogółem: 122.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.02 g; Sód: 1152.25 mg; Potas: 2359.20 mg; Wapń: 579.00 mg; Fosfor: 805.22 mg; Błonnik pokarmowy: 15.52 g; suma cukrów prostych: 31.88 g; Woda: 731.59 g; Popiół: 9.36 g;		
środa 2026-07-22 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło orzechowe 10g, Serek kanapkowy 30g (MLEKO, LAKTOZA), Morele 150g, Kakao 200ml (MLEKO), Jogurt pitny naturalny 1szt,	Zupa pomidorowa z ryżem 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), Bukiet jarzyn 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 100g, Kompot owocowy 200ml, Podwieczorek: Jogurt wegański 1szt,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek włoski 30g (MLEKO), Szynka dębowa drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA), Papryka 50g, Sałata 10g, Herbata z cytryną 200ml,
Wartości odżywcze: Energia: 1510.82 kcal; Energia: 6067.10 kJ; Białko ogółem: 74.78 g; białko zwierzęce: 46.30 g; białko roślinne: 25.88 g; Tłuszcz: 42.33 g; Węglowodany ogółem: 226.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.39 g; Sód: 1559.18 mg; Potas: 3138.32 mg; Wapń: 701.02 mg; Fosfor: 1194.82 mg; Błonnik pokarmowy: 22.63 g; suma cukrów prostych: 43.19 g; Woda: 908.87 g; Popiół: 13.66 g;		
środa 2026-07-22 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło orzechowe 15g, Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Morele 150g, Kakao 200ml (MLEKO), Jogurt pitny naturalny 1szt,	Zupa pomidorowa z ryżem 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), Bukiet jarzyn 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 230g, Kompot owocowy 200ml, Podwieczorek: Jogurt wegański 1szt,	Chleb zwykły 90g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Serek włoski 50g (MLEKO), Szynka dębowa drobiowa 30g (., SELER, GORCZYCA), Papryka 50g, Sałata 10g, Herbata z cytryną 200ml,
Wartości odżywcze: Energia: 1864.71 kcal; Energia: 7417.10 kJ; Białko ogółem: 90.48 g; białko zwierzęce: 54.88 g; białko roślinne: 31.70 g; Tłuszcz: 53.99 g; Węglowodany ogółem: 277.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.15 g; Sód: 2280.39 mg; Potas: 3987.32 mg; Wapń: 776.68 mg; Fosfor: 1442.04 mg; Błonnik pokarmowy: 27.97 g; suma cukrów prostych: 46.03 g; Woda: 1081.01 g; Popiół: 17.35 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-07-23 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Ogórek zielony 50g , Kakao 200ml (MLEKO), Mus owocowy 120g 1szt , Schab maryny 20g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Bitka wieprzowa ze schabu 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 60g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml , Kasza jęczmienna gotowana 60g (GLUTEN), Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Jogurt owocowy b/c szt 1g ,	Ser mozzarella 10g (MLEKO), Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Filet pieczony premium 20g (MLEKO, GLUTEN, „, SELER, SOJA, GORCZYCA), Rzodkiewka 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1266.57 kcal; Energia: 5304.54 kJ; Białko ogółem: 51.34 g; białko zwierzęce: 33.02 g; białko roślinne: 14.02 g; Tłuszcz: 50.51 g; Węglowodany ogółem: 161.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.97 g; Sód: 1033.26 mg; Potas: 1649.71 mg; Wapń: 462.85 mg; Fosfor: 812.24 mg; Błonnik pokarmowy: 16.42 g; suma cukrów prostych: 41.89 g; Woda: 685.45 g; Popiół: 8.01 g;		
czwartek 2026-07-23 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Chleb razowy 30g , Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Schab maryny 20g , Ogórek zielony 50g , Kakao 200ml (MLEKO), Mus owocowy 120g 1szt ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 100g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml , Kasza jęczmienna gotowana 90g (GLUTEN), Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Jogurt owocowy b/c szt 1g ,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Ser mozzarella 30g (MLEKO), Filet pieczony premium 20g (MLEKO, GLUTEN, „, SELER, SOJA, GORCZYCA), Rzodkiewka 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1806.09 kcal; Energia: 7562.25 kJ; Białko ogółem: 73.74 g; białko zwierzęce: 44.69 g; białko roślinne: 24.75 g; Tłuszcz: 64.39 g; Węglowodany ogółem: 249.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.34 g; Sód: 2019.39 mg; Potas: 2264.46 mg; Wapń: 648.17 mg; Fosfor: 1213.35 mg; Błonnik pokarmowy: 23.88 g; suma cukrów prostych: 45.42 g; Woda: 840.57 g; Popiół: 12.98 g;		
czwartek 2026-07-23 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Chleb razowy 50g , Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Schab maryny 30g , Ogórek zielony 50g , Kakao 200ml (MLEKO), Mus owocowy 120g 1szt ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 120g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml , Kasza jęczmienna gotowana 130g (GLUTEN), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Jogurt owocowy b/c szt 1g ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Ser mozzarella 50g (MLEKO), Filet pieczony premium 30g (MLEKO, GLUTEN, „, SELER, SOJA, GORCZYCA), Rzodkiewka 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2227.38 kcal; Energia: 9324.35 kJ; Białko ogółem: 85.50 g; białko zwierzęce: 49.72 g; białko roślinne: 31.48 g; Tłuszcz: 81.02 g; Węglowodany ogółem: 309.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.86 g; Sód: 2596.04 mg; Potas: 2578.37 mg; Wapń: 786.90 mg; Fosfor: 1441.44 mg; Błonnik pokarmowy: 28.66 g; suma cukrów prostych: 46.93 g; Woda: 918.21 g; Popiół: 15.68 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-07-23 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Pomidor 50g, Kakao 200ml (MLEKO), Mus owocowy 120g 1szt, Schab maryny 20g,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Bitka wieprzowa ze schabu 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Dynia duszona 60g, Kompot owocowy 200ml, Kasza jęczmienna gotowana 60g (GLUTEN), Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Jogurt owocowy b/c szt 1g,	Ser mozzarella 10g (MLEKO), Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Filet pieczony premium 20g (MLEKO, GLUTEN, „, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 50g, Herbata z cytryną 200ml, Ser mozzarella 10g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 1307.86 kcal; Energia: 5477.84 kJ; Białko ogółem: 53.05 g; białko zwierzęce: 35.09 g; białko roślinne: 13.67 g; Tłuszcz: 55.46 g; Węglowodany ogółem: 161.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.78 g; Sód: 1241.99 mg; Potas: 1903.59 mg; Wapń: 529.18 mg; Fosfor: 898.45 mg; Błonnik pokarmowy: 18.32 g; suma cukrów prostych: 43.46 g; Woda: 689.12 g; Popiół: 8.89 g;		
czwartek 2026-07-23 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Schab maryny 20g, Pomidor 50g, Kakao 200ml (MLEKO), Mus owocowy 120g 1szt,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Dynia duszona 100g, Kompot owocowy 200ml, Kasza jęczmienna gotowana 90g (GLUTEN), Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Jogurt owocowy b/c szt 1g,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Ser mozzarella 30g (MLEKO), Filet pieczony premium 20g (MLEKO, GLUTEN, „, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 50g, Herbata z cytryną 200ml,
Wartości odżywcze: Energia: 1786.86 kcal; Energia: 7482.66 kJ; Białko ogółem: 73.66 g; białko zwierzęce: 45.02 g; białko roślinne: 24.34 g; Tłuszcz: 62.97 g; Węglowodany ogółem: 249.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.34 g; Sód: 2086.23 mg; Potas: 2533.85 mg; Wapń: 668.74 mg; Fosfor: 1262.25 mg; Błonnik pokarmowy: 25.78 g; suma cukrów prostych: 47.30 g; Woda: 826.42 g; Popiół: 13.18 g;		
czwartek 2026-07-23 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Schab maryny 30g, Pomidor 50g, Kakao 200ml (MLEKO), Mus owocowy 120g 1szt,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Dynia duszona 120g, Kompot owocowy 200ml, Kasza jęczmienna gotowana 130g (GLUTEN), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Jogurt owocowy b/c szt 1g,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Ser mozzarella 50g (MLEKO), Filet pieczony premium 30g (MLEKO, GLUTEN, „, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 50g, Herbata z cytryną 200ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2196.41 kcal; Energia: 9196.28 kJ; Białko ogółem: 85.33 g; białko zwierzęce: 50.27 g; białko roślinne: 30.76 g; Tłuszcz: 79.36 g; Węglowodany ogółem: 309.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.90 g; Sód: 2745.96 mg; Potas: 2907.83 mg; Wapń: 821.98 mg; Fosfor: 1523.78 mg; Błonnik pokarmowy: 31.71 g; suma cukrów prostych: 49.55 g; Woda: 905.19 g; Popiół: 16.21 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-07-24 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (MLEKO), Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Twarożek 10g (MLEKO, LAKTOZA), Brzoskwinia 150g , Kakao 200ml (MLEKO), Papryka 50g , Polędwica premium 20g ,	Zupa szpinakowa z ryżem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Dorsz parowany 50g (GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 60g , Surówka colesław 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml , Sos pietruszkowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szyńka z piersi kurczaka 20g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Serek włoski 10g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 1124.33 kcal; Energia: 4715.23 kJ; Białko ogółem: 46.37 g; białko zwierzęce: 30.73 g; białko roślinne: 14.04 g; Tłuszcz: 37.85 g; Węglowodany ogółem: 163.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.66 g; Sód: 1093.14 mg; Potas: 2326.29 mg; Wapń: 663.46 mg; Fosfor: 799.47 mg; Błonnik pokarmowy: 17.31 g; suma cukrów prostych: 42.56 g; Woda: 897.05 g; Popiół: 10.34 g;		
piątek 2026-07-24 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (MLEKO), Chleb razowy 30g , Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Polędwica premium 20g , Twarożek 30g (MLEKO, LAKTOZA), Brzoskwinia 150g , Kakao 200ml (MLEKO), Papryka 50g ,	Zupa szpinakowa z ryżem 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Dorsz parowany 90g (GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 100g , Surówka colesław 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml , Sos pietruszkowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek włoski 30g (MLEKO), Szyńka z piersi kurczaka 20g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1571.04 kcal; Energia: 6584.10 kJ; Białko ogółem: 70.22 g; białko zwierzęce: 45.43 g; białko roślinne: 23.19 g; Tłuszcz: 46.64 g; Węglowodany ogółem: 236.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.87 g; Sód: 2000.91 mg; Potas: 3068.75 mg; Wapń: 783.94 mg; Fosfor: 1154.47 mg; Błonnik pokarmowy: 23.38 g; suma cukrów prostych: 47.08 g; Woda: 1088.27 g; Popiół: 15.04 g;		
piątek 2026-07-24 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (MLEKO), Chleb razowy 50g , Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Polędwica premium 30g , Twarożek 50g (MLEKO, LAKTOZA), Brzoskwinia 150g , Kakao 200ml (MLEKO), Papryka 50g ,	Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Dorsz parowany 90g (GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 230g , Surówka colesław 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml , Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Serek włoski 50g (MLEKO), Szyńka z piersi kurczaka 30g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1974.46 kcal; Energia: 8271.21 kJ; Białko ogółem: 86.17 g; białko zwierzęce: 54.98 g; białko roślinne: 29.59 g; Tłuszcz: 60.61 g; Węglowodany ogółem: 293.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.23 g; Sód: 2463.58 mg; Potas: 3833.63 mg; Wapń: 863.64 mg; Fosfor: 1371.70 mg; Błonnik pokarmowy: 27.62 g; suma cukrów prostych: 50.10 g; Woda: 1264.50 g; Popiół: 18.20 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-07-24		
Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi wzmocniona 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA), Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Polędwica premium 20g , Brzoskwinia 150g , Kakao 200ml (MLEKO), Pomidor 50g , Twarożek 10g (MLEKO, LAKTOZA),	Zupa szpinakowa z ryżem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Dorsz parowany 50g (GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 60g , Buraki gotowane 60g , Kompot owocowy 200ml , Sos pietruszkowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek włoski 10g (MLEKO), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Szynka z piersi kurczaka 20g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1286.28 kcal; Energia: 5394.47 kJ; Białko ogółem: 53.36 g; białko zwierzęce: 36.70 g; białko roślinne: 13.74 g; Tłuszcz: 49.26 g; Węglowodany ogółem: 173.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.48 g; Sód: 1466.29 mg; Potas: 2530.97 mg; Wapń: 679.66 mg; Fosfor: 998.66 mg; Błonnik pokarmowy: 18.77 g; suma cukrów prostych: 47.92 g; Woda: 898.85 g; Popiół: 11.87 g;		
piątek 2026-07-24		
Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (MLEKO), Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Polędwica premium 20g , Twarożek 30g (MLEKO, LAKTOZA), Brzoskwinia 150g , Kakao 200ml (MLEKO), Pomidor 50g ,	Zupa szpinakowa z ryżem 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Dorsz parowany 90g (GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 100g , Buraki gotowane 100g , Kompot owocowy 200ml , Sos pietruszkowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek włoski 30g (MLEKO), Szynka z piersi kurczaka 20g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1548.42 kcal; Energia: 6489.55 kJ; Białko ogółem: 69.77 g; białko zwierzęce: 45.69 g; białko roślinne: 22.48 g; Tłuszcz: 45.02 g; Węglowodany ogółem: 235.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.38 g; Sód: 2371.22 mg; Potas: 3166.75 mg; Wapń: 768.74 mg; Fosfor: 1172.07 mg; Błonnik pokarmowy: 23.37 g; suma cukrów prostych: 55.25 g; Woda: 1081.76 g; Popiół: 16.10 g;		
piątek 2026-07-24		
Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (MLEKO), Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Polędwica premium 30g , Twarożek 50g (MLEKO, LAKTOZA), Brzoskwinia 150g , Kakao 200ml (MLEKO), Pomidor 50g ,	Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Dorsz parowany 90g (GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 230g , Buraki gotowane 120g , Kompot owocowy 200ml , Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Serek włoski 50g (MLEKO), Szynka z piersi kurczaka 30g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1942.03 kcal; Energia: 8136.20 kJ; Białko ogółem: 85.66 g; białko zwierzęce: 55.45 g; białko roślinne: 28.62 g; Tłuszcz: 58.77 g; Węglowodany ogółem: 291.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.90 g; Sód: 2976.65 mg; Potas: 3989.17 mg; Wapń: 854.57 mg; Fosfor: 1418.38 mg; Błonnik pokarmowy: 28.56 g; suma cukrów prostych: 60.27 g; Woda: 1263.34 g; Popiół: 19.79 g;		
sobota 2026-07-25		
Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Ogórek zielony 60g , Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Polędwica premium 20g , Kakao 200ml (MLEKO), Serek wiejski 10g (MLEKO, LAKTOZA),	Zupa koperkowa z lanym ciastem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Zraz z indyka duszony 50g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Sos pomidorowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 60g , Surówka z selera z rodzynkami i słonecznikiem 60g (MLEKO, SELER), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Jogurt wegański 1szt ,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 10g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 60g , Herbata z cytryną 200ml , Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 951.85 kcal; Energia: 3889.42 kJ; Białko ogółem: 47.51 g; białko zwierzęce: 33.46 g; białko roślinne: 13.04 g; Tłuszcz: 37.41 g; Węglowodany ogółem: 117.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.78 g; Sód: 919.54 mg; Potas: 2031.52 mg; Wapń: 586.04 mg; Fosfor: 800.07 mg; Błonnik pokarmowy: 11.76 g; suma cukrów prostych: 24.27 g; Woda: 714.83 g; Popiół: 8.53 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-07-25 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Ogórek zielony 50g , Chleb razowy 30g , Bułka maślana 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Polędwica premium 20g , Serek wiejski 30g (MLEKO, LAKTOZA), Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa koperkowa z lanym ciastem 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Zraz z indyka duszony 90g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Sos pomidorowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 100g , Surówka z selera z rodzynkami i słonecznikiem 100g (MLEKO, SELER), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Jogurt wegański 1szt ,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 30g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1627.67 kcal; Energia: 6651.34 kJ; Białko ogółem: 75.87 g; białko zwierzęce: 47.54 g; białko roślinne: 26.50 g; Tłuszcz: 52.53 g; Węglowodany ogółem: 230.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.41 g; Sód: 1921.97 mg; Potas: 2797.87 mg; Wapń: 734.72 mg; Fosfor: 1209.29 mg; Błonnik pokarmowy: 19.96 g; suma cukrów prostych: 36.69 g; Woda: 888.01 g; Popiół: 13.12 g;		
sobota 2026-07-25 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Ogórek zielony 50g , Chleb razowy 50g , Bułka maślana 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Polędwica premium 30g , Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA), Kakao 200ml (MLEKO),	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 230g , Surówka z selera z rodzynkami i słonecznikiem 120g (MLEKO, SELER), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Jogurt wegański 1szt ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 30g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2053.70 kcal; Energia: 8400.86 kJ; Białko ogółem: 93.30 g; białko zwierzęce: 57.54 g; białko roślinne: 33.39 g; Tłuszcz: 67.18 g; Węglowodany ogółem: 290.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.39 g; Sód: 2556.39 mg; Potas: 3693.48 mg; Wapń: 823.40 mg; Fosfor: 1447.95 mg; Błonnik pokarmowy: 24.85 g; suma cukrów prostych: 40.10 g; Woda: 1084.02 g; Popiół: 16.82 g;		
sobota 2026-07-25 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Pomidor 60g , Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Polędwica premium 20g , Kakao 200ml (MLEKO), Serek wiejski 10g (MLEKO, LAKTOZA),	Zupa koperkowa z lanym ciastem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Zraz z indyka duszony 50g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Sos pomidorowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 60g , Brokuły parowane 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Jogurt wegański 1szt ,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 60g , Herbata z cytryną 200ml , Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 10g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),
Wartości odżywcze: Energia: 934.06 kcal; Energia: 3917.03 kJ; Białko ogółem: 46.49 g; białko zwierzęce: 33.27 g; białko roślinne: 13.10 g; Tłuszcz: 39.27 g; Węglowodany ogółem: 109.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.47 g; Sód: 1003.43 mg; Potas: 2112.67 mg; Wapń: 571.31 mg; Fosfor: 806.33 mg; Błonnik pokarmowy: 11.53 g; suma cukrów prostych: 23.46 g; Woda: 687.62 g; Popiół: 8.77 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-07-25 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), Serek wiejski 30g (MLEKO, LAKTOZA), Polędwica premium 20g , Kakao 200ml (MLEKO),	Zraz z indyka duszony 90g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Sos pomidorowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 100g , Brokuły parowane 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Zupa koperkowa z lanym ciastem 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Podwieczorek: Jogurt wegański 1szt ,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 30g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1548.83 kcal; Energia: 6491.99 kJ; Białko ogółem: 74.21 g; białko zwierzęce: 46.94 g; białko roślinne: 26.91 g; Tłuszcz: 48.64 g; Węglowodany ogółem: 219.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.26 g; Sód: 1965.96 mg; Potas: 2822.94 mg; Wapń: 702.94 mg; Fosfor: 1190.47 mg; Błonnik pokarmowy: 18.15 g; suma cukrów prostych: 34.78 g; Woda: 853.83 g; Popiół: 13.19 g;		
sobota 2026-07-25 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), Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA), Polędwica premium 30g , Kakao 200ml (MLEKO),	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 230g , Brokuły parowane 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Jogurt wegański 1szt ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 30g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1951.96 kcal; Energia: 8180.38 kJ; Białko ogółem: 91.28 g; białko zwierzęce: 56.99 g; białko roślinne: 33.71 g; Tłuszcz: 62.56 g; Węglowodany ogółem: 276.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.26 g; Sód: 2679.10 mg; Potas: 3745.69 mg; Wapń: 794.89 mg; Fosfor: 1450.13 mg; Błonnik pokarmowy: 23.44 g; suma cukrów prostych: 38.19 g; Woda: 1051.45 g; Popiół: 17.23 g;		
niedziela 2026-07-26 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Pomidor 60g , Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJA), Kakao 200ml (MLEKO), Jogurt owocowy b/c szt 1g , Krakowska parzona 20g (., SELER, GORCZYCA),	Rosół z makaronem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udko z kurczaka b/k pieczone 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 60g , Kapusta czerwona gotowana 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Sos pietruszkowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Pudding 125g 1szt ,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z koperkiem 10g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ogórek zielony 60g , Herbata z cytryną 200ml , Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1157.44 kcal; Energia: 4843.68 kJ; Białko ogółem: 52.21 g; białko zwierzęce: 34.55 g; białko roślinne: 13.36 g; Tłuszcz: 48.66 g; Węglowodany ogółem: 134.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.71 g; Sód: 1078.00 mg; Potas: 2084.01 mg; Wapń: 479.88 mg; Fosfor: 800.41 mg; Błonnik pokarmowy: 13.60 g; suma cukrów prostych: 33.29 g; Woda: 761.10 g; Popiół: 8.51 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-07-26 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Pomidor 50g , Chleb razowy 80g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJA), Krakowska parzona 20g (., SELER, GORCZYCA), Kakao 200ml (MLEKO), Jogurt owocowy b/c szt 1g ,	Rosół z makaronem 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udko z kurczaka b/k pieczone 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 100g , Kapusta czerwona gotowana 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Sos pietruszkowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Pudding 125g 1szt ,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z koperkiem 30g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA), Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1625.40 kcal; Energia: 6801.30 kJ; Białko ogółem: 71.28 g; białko zwierzęce: 43.88 g; białko roślinne: 23.09 g; Tłuszcz: 58.89 g; Węglowodany ogółem: 213.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.98 g; Sód: 1494.41 mg; Potas: 2750.60 mg; Wapń: 561.86 mg; Fosfor: 1046.01 mg; Błonnik pokarmowy: 18.94 g; suma cukrów prostych: 35.88 g; Woda: 907.78 g; Popiół: 11.46 g;		
niedziela 2026-07-26 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Pomidor 50g , Chleb razowy 100g , Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Krakowska parzona 30g (., SELER, GORCZYCA), Kakao 200ml (MLEKO), Jogurt owocowy b/c szt 1g ,	Rosół z makaronem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udko z kurczaka b/k pieczone 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 230g , Kapusta czerwona gotowana 130g (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), Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2145.34 kcal; Energia: 8974.26 kJ; Białko ogółem: 92.54 g; białko zwierzęce: 56.62 g; białko roślinne: 31.63 g; Tłuszcz: 77.99 g; Węglowodany ogółem: 283.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.70 g; Sód: 2212.03 mg; Potas: 4001.82 mg; Wapń: 655.03 mg; Fosfor: 1385.70 mg; Błonnik pokarmowy: 24.74 g; suma cukrów prostych: 38.55 g; Woda: 1197.75 g; Popiół: 16.10 g;		
niedziela 2026-07-26 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Pomidor 60g , Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJA), Kakao 200ml (MLEKO), Jogurt owocowy b/c szt 1g , Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA),	Rosół z makaronem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udko z kurczaka b/k pieczone 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), 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 60g , Herbata z cytryną 200ml , Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1086.25 kcal; Energia: 4542.31 kJ; Białko ogółem: 51.00 g; białko zwierzęce: 34.43 g; białko roślinne: 12.28 g; Tłuszcz: 44.81 g; Węglowodany ogółem: 128.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.12 g; Sód: 1127.23 mg; Potas: 2195.12 mg; Wapń: 467.28 mg; Fosfor: 840.39 mg; Błonnik pokarmowy: 14.49 g; suma cukrów prostych: 33.95 g; Woda: 749.48 g; Popiół: 9.03 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-07-26 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Pomidor 50g , Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJA), Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA), Kakao 200ml (MLEKO), Jogurt owocowy b/c szt 1g ,	Rosół z makaronem 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udko z kurczaka b/k pieczone 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 100g , 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: 1521.60 kcal; Energia: 6365.50 kJ; Białko ogółem: 69.36 g; białko zwierzęce: 44.29 g; białko roślinne: 20.76 g; Tłuszcz: 55.80 g; Węglowodany ogółem: 200.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.88 g; Sód: 1787.42 mg; Potas: 2947.70 mg; Wapń: 564.92 mg; Fosfor: 1169.33 mg; Błonnik pokarmowy: 21.89 g; suma cukrów prostych: 37.77 g; Woda: 911.46 g; Popiół: 12.83 g;		
niedziela 2026-07-26 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Pomidor 50g , Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJA), Kurczak gotowany 30g (SELER, GORCZYCA), Kakao 200ml (MLEKO), Jogurt owocowy b/c szt 1g ,	Rosół z makaronem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udko z kurczaka b/k pieczone 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 230g , Cukinia duszona 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Pudding 125g 1szt ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kurczak gotowany 30g (SELER, GORCZYCA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1944.15 kcal; Energia: 8130.10 kJ; Białko ogółem: 85.00 g; białko zwierzęce: 52.13 g; białko roślinne: 28.58 g; Tłuszcz: 68.73 g; Węglowodany ogółem: 267.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.11 g; Sód: 2499.78 mg; Potas: 4151.81 mg; Wapń: 637.92 mg; Fosfor: 1455.93 mg; Błonnik pokarmowy: 28.16 g; suma cukrów prostych: 40.86 g; Woda: 1158.39 g; Popiół: 17.44 g;		
poniedziałek 2026-07-27 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Owsianka w tubce 1szt , Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Ser mozzarella light (kulka) 10g , Papryka 60g , Kakao 200ml (MLEKO), Pierś delikatna z kurnej półki 20g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA),	Zupa botwinka z ziemniakami 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kotlet mielony drobiowy 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Mix sałat z sosem vinegrette 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 60g , Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Arbuz 150g ,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Polędwica sopocka 20g , Ogórek zielony 60g , Herbata z cytryną 200ml , Serek kanapkowy 10g (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 1006.34 kcal; Energia: 4221.87 kJ; Białko ogółem: 40.53 g; białko zwierzęce: 24.30 g; białko roślinne: 12.73 g; Tłuszcz: 38.01 g; Węglowodany ogółem: 134.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.69 g; Sód: 717.79 mg; Potas: 2119.70 mg; Wapń: 354.78 mg; Fosfor: 599.68 mg; Błonnik pokarmowy: 11.66 g; suma cukrów prostych: 22.39 g; Woda: 815.42 g; Popiół: 7.75 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-07-27 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Owsianka w tubce 1szt , Chleb razowy 30g , Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Ser mozzarella light (kulka) 30g , Pierś delikatna z kurnej półki 20g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Papryka 50g , Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa botwinka z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kotleć mielony drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Mix салат z sosem vinegrette 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 100g , Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Arbuz 150g ,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 30g (MLEKO, LAKTOZA), Polędwica sopocka 20g , Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1667.11 kcal; Energia: 6987.74 kJ; Białko ogółem: 66.94 g; białko zwierzęce: 34.43 g; białko roślinne: 25.21 g; Tłuszcz: 54.85 g; Węglowodany ogółem: 239.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.00 g; Sód: 1149.36 mg; Potas: 2780.28 mg; Wapń: 447.85 mg; Fosfor: 923.55 mg; Błonnik pokarmowy: 17.61 g; suma cukrów prostych: 32.98 g; Woda: 938.65 g; Popiół: 11.66 g;		
poniedziałek 2026-07-27 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Owsianka w tubce 1szt , Chleb razowy 50g , Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Ser mozzarella light (kulka) 50g , Pierś delikatna z kurnej półki 25g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Papryka 50g , Kakao 200ml (MLEKO), Salata 10g ,	Zupa botwinka z ziemniakami 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kotleć mielony drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Mix салат z sosem vinegrette 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 230g , Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Arbuz 150g ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Polędwica sopocka 25g , Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2048.97 kcal; Energia: 8585.20 kJ; Białko ogółem: 81.63 g; białko zwierzęce: 39.30 g; białko roślinne: 31.23 g; Tłuszcz: 68.22 g; Węglowodany ogółem: 292.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.14 g; Sód: 1605.05 mg; Potas: 3573.93 mg; Wapń: 491.76 mg; Fosfor: 1088.73 mg; Błonnik pokarmowy: 21.41 g; suma cukrów prostych: 34.91 g; Woda: 1100.25 g; Popiół: 14.69 g;		
poniedziałek 2026-07-27 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Owsianka w tubce 1szt , Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pierś delikatna z kurnej półki 20g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Pomidor 60g , Kakao 200ml (MLEKO), Ser mozzarella 10g (MLEKO),	Zupa botwinka z ziemniakami 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kotleć mielony drobiowy 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Mix салат z sosem vinegrette 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 60g , Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Arbuz 150g ,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pomidor 60g , Herbata z cytryną 200ml , Serek kanapkowy 10g (MLEKO, LAKTOZA), Polędwica sopocka 20g ,
Wartości odżywcze: Energia: 980.90 kcal; Energia: 4113.48 kJ; Białko ogółem: 39.74 g; białko zwierzęce: 26.33 g; białko roślinne: 11.81 g; Tłuszcz: 38.60 g; Węglowodany ogółem: 129.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.15 g; Sód: 974.23 mg; Potas: 2246.67 mg; Wapń: 410.81 mg; Fosfor: 668.39 mg; Błonnik pokarmowy: 12.90 g; suma cukrów prostych: 23.23 g; Woda: 796.33 g; Popiół: 8.63 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-07-27 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Owsianka w tubce 1szt , Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Ser mozzarella light (kulka) 30g , Pierś delikatna z kurnej półki 20g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Pomidor 50g , Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa botwinka z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kotleć mielony drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Mix салат z sosem vinegrette 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 100g , Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Arbuz 150g ,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 30g (MLEKO, LAKTOZA), Polędwica sopocka 20g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1639.09 kcal; Energia: 6869.13 kJ; Białko ogółem: 66.44 g; białko zwierzęce: 34.76 g; białko roślinne: 24.38 g; Tłuszcz: 54.78 g; Węglowodany ogółem: 234.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.07 g; Sód: 1296.10 mg; Potas: 2893.07 mg; Wapń: 455.87 mg; Fosfor: 959.25 mg; Błonnik pokarmowy: 18.93 g; suma cukrów prostych: 33.73 g; Woda: 919.33 g; Popiół: 12.06 g;		
poniedziałek 2026-07-27 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Owsianka w tubce 1szt , Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Ser mozzarella light (kulka) 50g , Pierś delikatna z kurnej półki 30g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Pomidor 50g , Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa botwinka z ziemniakami 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kotleć mielony drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Mix салат z sosem vinegrette 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 230g , Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Arbuz 150g ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Polędwica sopocka 30g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2021.09 kcal; Energia: 8467.74 kJ; Białko ogółem: 83.03 g; białko zwierzęce: 41.83 g; białko roślinne: 30.10 g; Tłuszcz: 68.54 g; Węglowodany ogółem: 286.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.29 g; Sód: 1898.90 mg; Potas: 3748.38 mg; Wapń: 511.00 mg; Fosfor: 1169.35 mg; Błonnik pokarmowy: 23.83 g; suma cukrów prostych: 36.18 g; Woda: 1086.67 g; Popiół: 15.62 g;		
wtorek 2026-07-28 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasztet drobiowy 20g , Pomidor 50g , Kakao 200ml (MLEKO), Szyńka z piersi kurczaka 20g , Arbuz 150g ,	Zupa jarzynowa z soczewicą i ziemniakami 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kasza jaglana gotowana 60g , Gulasz drobiowy 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Surówka z młodej kapusty 60g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta jajeczna 10g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Szyńka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1385.64 kcal; Energia: 5750.67 kJ; Białko ogółem: 60.24 g; białko zwierzęce: 37.97 g; białko roślinne: 22.27 g; Tłuszcz: 54.82 g; Węglowodany ogółem: 172.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.55 g; Sód: 717.15 mg; Potas: 2286.22 mg; Wapń: 638.74 mg; Fosfor: 1000.21 mg; Błonnik pokarmowy: 11.88 g; suma cukrów prostych: 34.47 g; Woda: 906.22 g; Popiół: 9.01 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-07-28		
Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Chleb razowy 80g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z piersi kurczaka 20g , Pasztet drobiowy 30g , Pomidor 50g , Kakao 200ml (MLEKO), Arbuz 150g ,	Zupa jarzynowa z soczewicą i ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kasza jaglana gotowana 90g , Gulasz drobiowy 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Surówka z młodej kapusty 100g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb razowy 80g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pasta jajeczna 30g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1999.68 kcal; Energia: 8281.27 kJ; Białko ogółem: 83.65 g; białko zwierzęce: 48.38 g; białko roślinne: 35.27 g; Tłuszcz: 71.86 g; Węglowodany ogółem: 264.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.33 g; Sód: 846.47 mg; Potas: 2704.29 mg; Wapń: 669.02 mg; Fosfor: 1240.92 mg; Błonnik pokarmowy: 14.89 g; suma cukrów prostych: 35.00 g; Woda: 1000.44 g; Popiół: 10.58 g;		
wtorek 2026-07-28		
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 , Pasztet drobiowy 50g , Pomidor 50g , Kakao 200ml (MLEKO), Arbuz 150g ,	Zupa jarzynowa z soczewicą i ziemniakami 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kasza jaglana gotowana 130g , Gulasz drobiowy 150g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Surówka z młodej kapusty 120g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb razowy 100g , Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 30g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pasta jajeczna 50g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2536.90 kcal; Energia: 10510.85 kJ; Białko ogółem: 104.99 g; białko zwierzęce: 60.64 g; białko roślinne: 44.35 g; Tłuszcz: 95.98 g; Węglowodany ogółem: 324.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.63 g; Sód: 1022.67 mg; Potas: 3173.33 mg; Wapń: 700.44 mg; Fosfor: 1526.69 mg; Błonnik pokarmowy: 17.60 g; suma cukrów prostych: 35.52 g; Woda: 1101.37 g; Popiół: 12.48 g;		
wtorek 2026-07-28		
Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z piersi kurczaka 20g , Pomidor 60g , Kakao 200ml (MLEKO), Serek wiejski 10g (MLEKO, LAKTOZA),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kasza jaglana gotowana 60g , Gulasz drobiowy 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Marchew duszona 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta jajeczna 10g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 60g , Herbata z cytryną 200ml , Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1238.31 kcal; Energia: 5191.17 kJ; Białko ogółem: 56.14 g; białko zwierzęce: 39.99 g; białko roślinne: 16.15 g; Tłuszcz: 55.48 g; Węglowodany ogółem: 142.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.04 g; Sód: 1045.76 mg; Potas: 2169.79 mg; Wapń: 677.30 mg; Fosfor: 1067.17 mg; Błonnik pokarmowy: 13.71 g; suma cukrów prostych: 31.52 g; Woda: 786.69 g; Popiół: 9.54 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-07-28		
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 wiejski 30g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 50g, Kakao 200ml (MLEKO), Arbuz 150g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kasza jaglana gotowana 90g, Gulasz drobiowy 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Marchew duszona 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml, Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pasta jajeczna 30g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g, Herbata z cytryną 200ml,
Wartości odżywcze: Energia: 1890.71 kcal; Energia: 7927.23 kJ; Białko ogółem: 82.01 g; białko zwierzęce: 54.20 g; białko roślinne: 27.80 g; Tłuszcz: 74.34 g; Węglowodany ogółem: 245.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.72 g; Sód: 1747.41 mg; Potas: 3122.12 mg; Wapń: 803.76 mg; Fosfor: 1520.42 mg; Błonnik pokarmowy: 22.70 g; suma cukrów prostych: 41.39 g; Woda: 1148.14 g; Popiół: 13.98 g;		
wtorek 2026-07-28		
Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Chleb zwykły 90g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szynka z piersi kurczaka 30g, Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 50g, Kakao 200ml (MLEKO), Arbuz 150g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kasza jaglana gotowana 100g, Gulasz drobiowy 150g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Marchew duszona 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml, Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 90g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 30g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pasta jajeczna 50g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g, Herbata z cytryną 200ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2240.31 kcal; Energia: 9391.82 kJ; Białko ogółem: 99.74 g; białko zwierzęce: 69.33 g; białko roślinne: 30.42 g; Tłuszcz: 97.26 g; Węglowodany ogółem: 265.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.33 g; Sód: 2082.63 mg; Potas: 3488.46 mg; Wapń: 855.53 mg; Fosfor: 1777.72 mg; Błonnik pokarmowy: 24.33 g; suma cukrów prostych: 42.79 g; Woda: 1247.89 g; Popiół: 15.84 g;		
środa 2026-07-29		
Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Chleb razowy 30g, Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Kakao 200ml (MLEKO), Brzoskwinia 150g, Serek kanapkowy 10g (MLEKO, LAKTOZA), Masło orzechowe 10g,	Zupa pieczarkowa z makaronem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka pieczona 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Fasolka szparagowa parowana 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 60g, Kompot owocowy 200ml, Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Jogurt pitny naturalny 1szt,	Polędwica premium 20g, Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek śmietankowy w plastarach naturalny 10g, Papryka 50g, Herbata z cytryną 200ml,
Wartości odżywcze: Energia: 891.33 kcal; Energia: 3472.88 kJ; Białko ogółem: 39.29 g; białko zwierzęce: 23.33 g; białko roślinne: 13.36 g; Tłuszcz: 34.70 g; Węglowodany ogółem: 117.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.14 g; Sód: 653.56 mg; Potas: 1822.55 mg; Wapń: 365.17 mg; Fosfor: 549.92 mg; Błonnik pokarmowy: 14.06 g; suma cukrów prostych: 25.30 g; Woda: 624.12 g; Popiół: 7.07 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-07-29 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Chleb razowy 30g , Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Brzoskwinia 150g , Masło orzechowe 15g , Kakao 200ml (MLEKO), Serek kanapkowy 30g (MLEKO, LAKTOZA),	Zupa pieczarkowa z makaronem 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka pieczona 90g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Fasolka szparagowa parowana 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 100g , Kompot owocowy 200ml , Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Jogurt pitny naturalny 1szt ,	Polędwica premium 20g , Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek śmietankowy w plastarach naturalny 30g , Papryka 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1523.00 kcal; Energia: 5984.71 kJ; Białko ogółem: 66.37 g; białko zwierzęce: 36.05 g; białko roślinne: 26.42 g; Tłuszcz: 49.11 g; Węglowodany ogółem: 220.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.61 g; Sód: 1045.93 mg; Potas: 2567.09 mg; Wapń: 476.57 mg; Fosfor: 893.11 mg; Błonnik pokarmowy: 21.59 g; suma cukrów prostych: 35.84 g; Woda: 787.31 g; Popiół: 11.10 g;		
środa 2026-07-29 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Chleb razowy 50g , Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Brzoskwinia 150g , Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Kakao 200ml (MLEKO), Masło orzechowe 15g ,	Zupa pieczarkowa z makaronem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka pieczona 90g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Fasolka szparagowa parowana 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 230g , Kompot owocowy 200ml , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Jogurt pitny naturalny 1szt ,	Polędwica premium 30g , Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Serek śmietankowy w plastarach naturalny 50g , Papryka 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1889.75 kcal; Energia: 7518.69 kJ; Białko ogółem: 77.85 g; białko zwierzęce: 40.80 g; białko roślinne: 33.15 g; Tłuszcz: 61.35 g; Węglowodany ogółem: 276.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.54 g; Sód: 1568.29 mg; Potas: 3312.83 mg; Wapń: 530.46 mg; Fosfor: 1047.47 mg; Błonnik pokarmowy: 25.86 g; suma cukrów prostych: 37.73 g; Woda: 941.73 g; Popiół: 14.20 g;		
środa 2026-07-29 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Brzoskwinia 150g , Kakao 200ml (MLEKO), Serek kanapkowy 10g (MLEKO, LAKTOZA), Masło orzechowe 10g ,	Rosół z makaronem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka pieczona 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Seler duszony 60g (SELER), Ziemniaki gotowane 60g , Kompot owocowy 200ml , Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Jogurt pitny naturalny 1szt ,	Polędwica premium 20g , Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek śmietankowy w plastarach naturalny 10g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 889.13 kcal; Energia: 3466.76 kJ; Białko ogółem: 38.49 g; białko zwierzęce: 23.66 g; białko roślinne: 12.23 g; Tłuszcz: 37.69 g; Węglowodany ogółem: 113.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.41 g; Sód: 1084.51 mg; Potas: 1933.10 mg; Wapń: 370.66 mg; Fosfor: 616.21 mg; Błonnik pokarmowy: 16.16 g; suma cukrów prostych: 26.84 g; Woda: 634.76 g; Popiół: 8.38 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-07-29 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Brzoskwinia 150g, Serek kanapkowy 30g (MLEKO, LAKTOZA), Kakao 200ml (MLEKO), Masło orzechowe 15g,	Rosół z makaronem 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka pieczona 90g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Seler duszony 100g (SELER), Ziemniaki gotowane 100g, Kompot owocowy 200ml, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Jogurt pitny naturalny 1szt,	Polędwica premium 20g, Chleb zwykły 90g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Serek śmietankowy w plastarach naturalny 30g, Pomidor 50g, Herbata z cytryną 200ml,
Wartości odżywcze: Energia: 1702.72 kcal; Energia: 6742.50 kJ; Białko ogółem: 68.05 g; białko zwierzęce: 36.78 g; białko roślinne: 27.37 g; Tłuszcz: 63.57 g; Węglowodany ogółem: 237.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.64 g; Sód: 1930.50 mg; Potas: 2795.80 mg; Wapń: 496.70 mg; Fosfor: 1030.52 mg; Błonnik pokarmowy: 26.24 g; suma cukrów prostych: 38.76 g; Woda: 817.47 g; Popiół: 13.90 g;		
środa 2026-07-29 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Brzoskwinia 150g, Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Kakao 200ml (MLEKO), Masło orzechowe 15g,	Rosół z makaronem 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka pieczona 90g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Seler duszony 100g (SELER), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot owocowy 200ml, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Jogurt pitny naturalny 1szt,	Serek śmietankowy w plastarach naturalny 50g, Chleb zwykły 90g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Polędwica premium 30g, Pomidor 50g, Herbata z cytryną 200ml,
Wartości odżywcze: Energia: 1822.63 kcal; Energia: 7244.34 kJ; Białko ogółem: 74.36 g; białko zwierzęce: 41.19 g; białko roślinne: 29.27 g; Tłuszcz: 66.14 g; Węglowodany ogółem: 256.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.96 g; Sód: 2162.74 mg; Potas: 3262.20 mg; Wapń: 520.46 mg; Fosfor: 1114.56 mg; Błonnik pokarmowy: 27.74 g; suma cukrów prostych: 39.66 g; Woda: 910.79 g; Popiół: 15.49 g;		
czwartek 2026-07-30 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Chleb razowy 30g, Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Schab ze spiżarni 20g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Pomidor 60g, Kakao 200ml (MLEKO), Jajko gotowane 0.5szt (JAJA),	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Indyk sztuka mięsa pieczona 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mizeria ogórka zielonego starta na drobnych oczkach z jogurtem naturalnym 60g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml, Ziemniaki gotowane 60g, Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Budyń śmietankowy 250g (MLEKO), Jogurt owocowy b/c szt 1g,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Pasta twarogowa z tuńczykiem 10g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ogórek zielony 60g, Herbata z cytryną 200ml, Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka dębowa drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1242.28 kcal; Energia: 5208.45 kJ; Białko ogółem: 53.23 g; białko zwierzęce: 38.14 g; białko roślinne: 10.79 g; Tłuszcz: 45.57 g; Węglowodany ogółem: 160.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.05 g; Sód: 1271.14 mg; Potas: 2112.28 mg; Wapń: 631.79 mg; Fosfor: 880.66 mg; Błonnik pokarmowy: 11.84 g; suma cukrów prostych: 56.16 g; Woda: 833.94 g; Popiół: 9.38 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-07-30 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Chleb razowy 80g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Schab ze spiżarni 20g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJA), Jogurt owocowy b/c szt 1g , Pomidor 50g , Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Indyk sztuka mięsa pieczona 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mizeria ogórka zielonego starta na drobnych oczkach z jogurtem naturalnym 100g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml , Ziemniaki gotowane 100g , Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Budyń śmietankowy 250g (MLEKO),	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z tuńczykiem 30g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Szynka dębowa drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA), Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1665.19 kcal; Energia: 6977.69 kJ; Białko ogółem: 73.22 g; białko zwierzęce: 49.63 g; białko roślinne: 19.29 g; Tłuszcz: 52.38 g; Węglowodany ogółem: 232.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.80 g; Sód: 1815.60 mg; Potas: 2695.24 mg; Wapń: 700.94 mg; Fosfor: 1137.30 mg; Błonnik pokarmowy: 15.96 g; suma cukrów prostych: 58.64 g; Woda: 970.30 g; Popiół: 12.42 g;		
czwartek 2026-07-30 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Chleb razowy 50g , Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Schab ze spiżarni 30g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Jogurt owocowy b/c szt 1g , Pomidor 50g , Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Indyk sztuka mięsa pieczona 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mizeria ogórka zielonego starta na drobnych oczkach z jogurtem naturalnym 120g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml , Ziemniaki gotowane 230g , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Budyń śmietankowy 250g (MLEKO),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło 15g/szt 1Por , Pasta twarogowa z tuńczykiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Szynka dębowa drobiowa 30g (., SELER, GORCZYCA), Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1964.33 kcal; Energia: 8229.70 kJ; Białko ogółem: 87.45 g; białko zwierzęce: 61.31 g; białko roślinne: 21.74 g; Tłuszcz: 69.34 g; Węglowodany ogółem: 259.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.31 g; Sód: 2635.45 mg; Potas: 3556.89 mg; Wapń: 769.43 mg; Fosfor: 1412.63 mg; Błonnik pokarmowy: 19.86 g; suma cukrów prostych: 60.63 g; Woda: 1177.16 g; Popiół: 16.41 g;		
czwartek 2026-07-30 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 60g , Kakao 200ml (MLEKO), Jajko gotowane 0.5szt (JAJA),	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Indyk sztuka mięsa pieczona 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Cukinia duszona 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Ziemniaki gotowane 60g , Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Budyń śmietankowy 250g (MLEKO), Jogurt owocowy b/c szt 1g ,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z tuńczykiem 10g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 60g , Herbata z cytryną 200ml , Szynka dębowa drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1243.92 kcal; Energia: 5213.11 kJ; Białko ogółem: 53.03 g; białko zwierzęce: 38.13 g; białko roślinne: 10.60 g; Tłuszcz: 48.23 g; Węglowodany ogółem: 157.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.23 g; Sód: 1248.79 mg; Potas: 2308.43 mg; Wapń: 627.71 mg; Fosfor: 919.23 mg; Błonnik pokarmowy: 14.19 g; suma cukrów prostych: 56.76 g; Woda: 806.67 g; Popiół: 9.38 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-07-30		
Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Schab ze spiżarni 20g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJA), Jogurt owocowy b/c szt 1g , Pomidor 50g , Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Indyk sztuka mięsa pieczona 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Cukinia duszona 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Ziemniaki gotowane 100g , Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Budyń śmietankowy 250g (MLEKO),	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z tuńczykiem 30g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Szynka dębową drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1653.47 kcal; Energia: 6926.84 kJ; Białko ogółem: 72.82 g; białko zwierzęce: 49.94 g; białko roślinne: 18.58 g; Tłuszcz: 56.91 g; Węglowodany ogółem: 226.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.19 g; Sód: 1930.29 mg; Potas: 3035.56 mg; Wapń: 718.26 mg; Fosfor: 1257.82 mg; Błonnik pokarmowy: 21.33 g; suma cukrów prostych: 60.45 g; Woda: 953.87 g; Popiół: 13.15 g;		
czwartek 2026-07-30		
Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Schab ze spiżarni 30g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Jogurt owocowy b/c szt 1g , Pomidor 50g , Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Indyk sztuka mięsa pieczona 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Cukinia duszona 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Ziemniaki gotowane 230g , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Budyń śmietankowy 250g (MLEKO),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło 15g/szt 1Por , Pasta twarogowa z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Szynka dębową drobiowa 30g (., SELER, GORCZYCA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2100.37 kcal; Energia: 8796.55 kJ; Białko ogółem: 89.30 g; białko zwierzęce: 60.16 g; białko roślinne: 24.74 g; Tłuszcz: 76.19 g; Węglowodany ogółem: 282.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.31 g; Sód: 2734.64 mg; Potas: 3950.43 mg; Wapń: 800.44 mg; Fosfor: 1555.57 mg; Błonnik pokarmowy: 26.48 g; suma cukrów prostych: 63.07 g; Woda: 1159.23 g; Popiół: 17.20 g;		
piątek 2026-07-31		
Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Kakao 200ml (MLEKO), Papryka 50g , Twarożek z koperkiem 10g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA),	Zupa ogórkowa z ryżem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Jajko w sosie koperkowym 1 szt/50ml 1Por (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 60g , Marchewka z groszkiem 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Banan 150g ,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 10g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 60g , Herbata z cytryną 200ml , Szynka dębową drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1244.84 kcal; Energia: 5219.28 kJ; Białko ogółem: 47.74 g; białko zwierzęce: 32.88 g; białko roślinne: 14.86 g; Tłuszcz: 48.38 g; Węglowodany ogółem: 168.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.63 g; Sód: 1131.48 mg; Potas: 2862.29 mg; Wapń: 605.75 mg; Fosfor: 908.32 mg; Błonnik pokarmowy: 15.18 g; suma cukrów prostych: 56.49 g; Woda: 898.68 g; Popiół: 10.34 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-07-31		
Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 30g , Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Twarożek z koperkiem 30g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kakao 200ml (MLEKO), Papryka 50g ,	Zupa ogórkowa z ryżem 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Jajka w sosie koperkowym 2 szt./100ml 1Por (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 100g , Marchewka z groszkiem 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Banan 150g ,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 30g (MLEKO, LAKTOZA), Szynka drobiowa gotowana 20g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1789.06 kcal; Energia: 7497.80 kJ; Białko ogółem: 74.94 g; białko zwierzęce: 49.43 g; białko roślinne: 25.50 g; Tłuszcz: 64.29 g; Węglowodany ogółem: 247.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.05 g; Sód: 1835.03 mg; Potas: 3444.30 mg; Wapń: 740.28 mg; Fosfor: 1307.60 mg; Błonnik pokarmowy: 21.90 g; suma cukrów prostych: 61.12 g; Woda: 1121.18 g; Popiół: 14.77 g;		
piątek 2026-07-31		
Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 50g , Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 30g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Twarożek z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kakao 200ml (MLEKO), Papryka 50g ,	Zupa ogórkowa z ryżem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Jajka w sosie koperkowym 2 szt./100ml 1Por (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 230g , Marchewka z groszkiem 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Banan 150g ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Szynka drobiowa gotowana 30g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2187.82 kcal; Energia: 9166.71 kJ; Białko ogółem: 91.56 g; białko zwierzęce: 59.47 g; białko roślinne: 32.08 g; Tłuszcz: 78.26 g; Węglowodany ogółem: 302.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.84 g; Sód: 2351.05 mg; Potas: 4237.41 mg; Wapń: 806.28 mg; Fosfor: 1531.59 mg; Błonnik pokarmowy: 26.30 g; suma cukrów prostych: 63.89 g; Woda: 1298.28 g; Popiół: 18.05 g;		
piątek 2026-07-31		
Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN), Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Kakao 200ml (MLEKO), Pomidor 60g , Twarożek z koperkiem 10g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA),	Zupa ryżowa 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Jajko w sosie koperkowym 1 szt/50ml 1Por (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 60g , Dynia duszona 60g , Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Banan 150g ,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 10g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 60g , Herbata z cytryną 200ml , Szynka dębowa drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1205.00 kcal; Energia: 5051.83 kJ; Białko ogółem: 45.50 g; białko zwierzęce: 33.21 g; białko roślinne: 12.29 g; Tłuszcz: 47.83 g; Węglowodany ogółem: 162.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.39 g; Sód: 1169.50 mg; Potas: 2949.96 mg; Wapń: 644.94 mg; Fosfor: 930.99 mg; Błonnik pokarmowy: 15.34 g; suma cukrów prostych: 57.46 g; Woda: 909.36 g; Popiół: 10.79 g;		
piątek 2026-07-31		
Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Jogurt naturalny 100g 1szt (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), Twarożek z koperkiem 30g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kakao 200ml (MLEKO), Pomidor 50g ,	Zupa ryżowa 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 100g , Dynia duszona 100g , Kompot owocowy 200ml , Jajka w sosie koperkowym 2 szt./100ml 1Por (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Podwieczorek: Banan 150g ,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 30g (MLEKO, LAKTOZA), Szynka drobiowa gotowana 20g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1737.06 kcal; Energia: 7279.15 kJ; Białko ogółem: 71.34 g; białko zwierzęce: 49.76 g; białko roślinne: 21.58 g; Tłuszcz: 63.60 g; Węglowodany ogółem: 239.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.71 g; Sód: 1838.77 mg; Potas: 3503.65 mg; Wapń: 795.69 mg; Fosfor: 1314.27 mg; Błonnik pokarmowy: 21.15 g; suma cukrów prostych: 62.16 g; Woda: 1124.38 g; Popiół: 15.16 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-07-31		Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18
Jogurt naturalny 100g 1szt (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), Twarożek z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kakao 200ml (MLEKO), Pomidor 50g ,	Zupa ryżowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Jajka w sosie koperkowym 2 szt./100ml 1Por (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 230g , Dynia duszona 120g , Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Banan 150g ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Szynka drobiowa gotowana 30g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2120.14 kcal; Energia: 8882.79 kJ; Białko ogółem: 87.27 g; białko zwierzęce: 60.02 g; białko roślinne: 27.25 g; Tłuszcz: 77.53 g; Węglowodany ogółem: 292.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.49 g; Sód: 2424.24 mg; Potas: 4346.57 mg; Wapń: 881.95 mg; Fosfor: 1565.14 mg; Błonnik pokarmowy: 26.36 g; suma cukrów prostych: 65.51 g; Woda: 1308.76 g; Popiół: 18.85 g;		

Dietetyk

.....