

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-08-11 Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 50g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Ogórek zielony 100g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Salata 10g ,	Zupa grysikowa z zieleciną 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udziec z indyka pieczony 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 250g , Surówka z kapusty białej z zieleciną 200g (MLEKO), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Hummus 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Schab maryny 40g , Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2171.02 kcal; Energia: 9095.84 kJ; Białko ogółem: 102.17 g; białko zwierzęce: 65.75 g; białko roślinne: 32.22 g; Tłuszcz: 72.86 g; Węglowodany ogółem: 287.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.35 g; Sód: 1995.29 mg; Potas: 3982.48 mg; Wapń: 1054.01 mg; Fosfor: 1490.08 mg; Błonnik pokarmowy: 17.59 g; suma cukrów prostych: 42.87 g; Woda: 1490.86 g; Popiół: 17.57 g;		
wtorek 2026-08-11 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta jajeczna 50g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 100g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Salata 10g ,	Zupa grysikowa z zieleciną 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udziec z indyka pieczony 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 250g , Marchew duszona 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Kurczak gotowany 40g (SELER, GORCZYCA), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Ser mozzarella light (kulka) 50g , Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2132.09 kcal; Energia: 8930.83 kJ; Białko ogółem: 113.33 g; białko zwierzęce: 75.39 g; białko roślinne: 27.99 g; Tłuszcz: 81.23 g; Węglowodany ogółem: 265.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.03 g; Sód: 3390.28 mg; Potas: 4675.05 mg; Wapń: 1018.92 mg; Fosfor: 1855.42 mg; Błonnik pokarmowy: 31.07 g; suma cukrów prostych: 48.69 g; Woda: 1516.77 g; Popiół: 21.32 g;		
wtorek 2026-08-11 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLWODANÓW		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 50g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Ogórek zielony 100g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Salata 10g ,	Zupa grysikowa z zieleciną 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udziec z indyka pieczony 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 250g , Surówka z kapusty białej z zieleciną 200g (MLEKO), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Hummus 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Schab maryny 40g , Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2171.02 kcal; Energia: 9095.84 kJ; Białko ogółem: 102.17 g; białko zwierzęce: 65.75 g; białko roślinne: 32.22 g; Tłuszcz: 72.86 g; Węglowodany ogółem: 287.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.35 g; Sód: 1995.29 mg; Potas: 3982.48 mg; Wapń: 1054.01 mg; Fosfor: 1490.08 mg; Błonnik pokarmowy: 17.59 g; suma cukrów prostych: 42.87 g; Woda: 1490.86 g; Popiół: 17.57 g;		
wtorek 2026-08-11 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor bez skórki 100g , Mus owocowy 120g 1szt , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pasta z białek jaja z twarogiem i koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Salata 10g ,	Zupa grysikowa z zieleciną 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka duszona 90g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 250g , Marchewka gotowana 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Kurczak gotowany 40g (SELER, GORCZYCA), Pomidor bez skórki 100g , Herbata z cytryną 300ml , Ser mozzarella light (kulka) 40g , Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2116.86 kcal; Energia: 8858.21 kJ; Białko ogółem: 117.44 g; białko zwierzęce: 77.22 g; białko roślinne: 32.62 g; Tłuszcz: 62.48 g; Węglowodany ogółem: 294.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.32 g; Sód: 3432.67 mg; Potas: 4615.35 mg; Wapń: 951.77 mg; Fosfor: 1735.99 mg; Błonnik pokarmowy: 26.97 g; suma cukrów prostych: 70.05 g; Woda: 1604.09 g; Popiół: 21.26 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-08-11		
Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIĄŁKOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Pasta jajeczna 90g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Szynka z indyka 50g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Sałata 10g,	Zupa grysikowa z zieleciną 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udziec z indyka pieczony 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 250g, Marchew duszona 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Pudding 125g 1szt,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Ser mozzarella light (kulka) 50g, Kurczak gotowany 50g (SELER, GORCZYCA), Pomidor 100g, Herbata z cytryną 300ml, Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2381.94 kcal; Energia: 9972.02 kJ; Białko ogółem: 127.24 g; białko zwierzęce: 88.69 g; białko roślinne: 28.60 g; Tłuszcz: 92.15 g; Węglowodany ogółem: 289.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.81 g; Sód: 3682.58 mg; Potas: 4953.02 mg; Wapń: 1129.92 mg; Fosfor: 2094.24 mg; Błonnik pokarmowy: 31.28 g; suma cukrów prostych: 64.86 g; Woda: 1659.23 g; Popiół: 23.07 g;		
wtorek 2026-08-11		
Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi zmiksowana 250ml (MLEKO), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g, Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN), Pasta jajeczna 60g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Seler duszony puree 50g (SELER),	Zupa grysikowa z zieleciną zmiksowana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udziec z indyka pieczony mielony 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane puree 250g (MLEKO), Marchewka gotowana puree 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Zupa grysikowa z zieleciną zmiksowana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g, Pasta z wędliny 60g, Herbata z cytryną 300ml, Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN), Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 1994.54 kcal; Energia: 8356.50 kJ; Białko ogółem: 91.31 g; białko zwierzęce: 62.68 g; białko roślinne: 28.39 g; Tłuszcz: 72.84 g; Węglowodany ogółem: 270.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.93 g; Sód: 2803.85 mg; Potas: 4952.26 mg; Wapń: 1127.85 mg; Fosfor: 1717.80 mg; Błonnik pokarmowy: 28.78 g; suma cukrów prostych: 59.09 g; Woda: 1685.03 g; Popiół: 21.14 g;		
środa 2026-08-12		
Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Chleb razowy 50g, Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 15g, Twarożek 50g (MLEKO, LAKTOZA), Dżem 25g 1szt, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Brzoskwinia 150g, Sałata 10g, Pomidor 100g, Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN), Musli 20g (GLUTEN),	Zupa minestrone z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Kompot owocowy 300ml, Ziemniaki gotowane 250g, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Mizeria z jogurtem naturalnym 200g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Pasta z tuńczyka 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Filet pieczony premium 40g (MLEKO, GLUTEN, „SELER, SOJA, GORCZYCA), Papryka 100g, Herbata z cytryną 300ml, Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2285.68 kcal; Energia: 9585.52 kJ; Białko ogółem: 100.47 g; białko zwierzęce: 62.15 g; białko roślinne: 37.86 g; Tłuszcz: 66.05 g; Węglowodany ogółem: 347.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.38 g; Sód: 3172.58 mg; Potas: 4830.10 mg; Wapń: 1000.90 mg; Fosfor: 1688.55 mg; Błonnik pokarmowy: 28.11 g; suma cukrów prostych: 71.94 g; Woda: 1655.13 g; Popiół: 22.17 g;		
środa 2026-08-12		
Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 15g, Twarożek 50g (MLEKO, LAKTOZA), Dżem 25g 1szt, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Brzoskwinia 150g, Sałata 10g, Pomidor bez skórki 100g, Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN), Musli 20g (GLUTEN),	Zupa minestrone z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Ziemniaki gotowane 250g, Seler duszony 200g (SELER), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Pasta z tuńczyka 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 100g, Herbata z cytryną 300ml, Filet pieczony premium 40g (MLEKO, GLUTEN, „SELER, SOJA, GORCZYCA), Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2323.44 kcal; Energia: 9742.62 kJ; Białko ogółem: 100.16 g; białko zwierzęce: 61.56 g; białko roślinne: 38.15 g; Tłuszcz: 75.75 g; Węglowodany ogółem: 347.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.89 g; Sód: 3809.35 mg; Potas: 5194.47 mg; Wapń: 1020.52 mg; Fosfor: 1825.16 mg; Błonnik pokarmowy: 38.99 g; suma cukrów prostych: 75.09 g; Woda: 1627.50 g; Popiół: 24.13 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-08-12 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb razowy 50g , Bułka grahamka 1szt (GLUTEN, JAJA, ŻYTO), Masło śmietankowe 60% 15g , Twarożek 50g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 100g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Brzoskwinia 150g , Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN), Salata 10g , Kurczak gotowany 30g (SELER, GORCZYCA), Musli 20g (GLUTEN),	Zupa minestrone z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Ziemniaki gotowane 250g , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Mizeria z jogurtem naturalnym 200g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta z tuńczyka 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Papryka 100g , Herbata z cytryną 300ml , Filet pieczony premium 40g (MLEKO, GLUTEN, , SELER, SOJA, GORCZYCA), Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2267.95 kcal; Energia: 9504.12 kJ; Białko ogółem: 108.86 g; białko zwierzęce: 67.60 g; białko roślinne: 40.80 g; Tłuszcz: 61.86 g; Węglowodany ogółem: 340.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.81 g; Sód: 3415.75 mg; Potas: 4806.75 mg; Wapń: 931.93 mg; Fosfor: 1704.90 mg; Błonnik pokarmowy: 27.05 g; suma cukrów prostych: 56.72 g; Woda: 1646.23 g; Popiół: 21.63 g;		
środa 2026-08-12 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Baton pszenney 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Twarożek 50g (MLEKO, LAKTOZA), Dżem 25g 1szt, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Banan 150g , Salata 10g , Pomidor bez skórki 100g , Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Rosół z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Ziemniaki gotowane 250g , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Seler duszony 200g (SELER), Kompot owocowy 300ml ,	Baton pszenney 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Filet pieczony premium 40g (MLEKO, GLUTEN, , SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor bez skórki 100g , Herbata z cytryną 300ml , Twaróg krajanka plaster 40g (MLEKO, LAKTOZA), Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2266.25 kcal; Energia: 9491.86 kJ; Białko ogółem: 99.05 g; białko zwierzęce: 59.29 g; białko roślinne: 39.76 g; Tłuszcz: 58.09 g; Węglowodany ogółem: 366.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.87 g; Sód: 3472.18 mg; Potas: 5337.07 mg; Wapń: 961.84 mg; Fosfor: 1692.38 mg; Błonnik pokarmowy: 33.91 g; suma cukrów prostych: 87.97 g; Woda: 1673.35 g; Popiół: 23.23 g;		
środa 2026-08-12 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 15g , Twarożek 90g (MLEKO, LAKTOZA), Kurczak gotowany 50g (SELER, GORCZYCA), Dżem 25g 1szt , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Brzoskwinia 150g , Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN), Salata 10g , Musli 20g (GLUTEN), Pomidor bez skórki 100g ,	Zupa minestrone z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Ziemniaki gotowane 250g , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Seler duszony 200g (SELER), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 5g , Szyńka drobiowa 30g ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Filet pieczony premium 40g (MLEKO, GLUTEN, , SELER, SOJA, GORCZYCA), Pasta z tuńczyka 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2605.84 kcal; Energia: 10917.92 kJ; Białko ogółem: 134.92 g; białko zwierzęce: 93.82 g; białko roślinne: 40.57 g; Tłuszcz: 83.53 g; Węglowodany ogółem: 366.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.75 g; Sód: 4648.93 mg; Potas: 5616.54 mg; Wapń: 1098.71 mg; Fosfor: 2165.21 mg; Błonnik pokarmowy: 40.74 g; suma cukrów prostych: 77.50 g; Woda: 1745.10 g; Popiół: 27.52 g;		
środa 2026-08-12 Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi zmięszana 250ml (MLEKO), Baton pszenney 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g , Twarożek 80g (MLEKO, LAKTOZA), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Marchew duszona puree 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA),	Zupa minestrone z makaronem zmięszana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowy zmielony 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane puree 250g (MLEKO), Seler duszony puree 200g (SELER), Kompot owocowy 300ml ,	Zupa minestrone z makaronem zmięszana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenney 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g , Pasta z wędliny 60g , Seler duszony puree 50g (SELER), Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 1953.46 kcal; Energia: 8188.01 kJ; Białko ogółem: 87.97 g; białko zwierzęce: 54.25 g; białko roślinne: 33.49 g; Tłuszcz: 63.19 g; Węglowodany ogółem: 291.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.04 g; Sód: 3508.24 mg; Potas: 5133.78 mg; Wapń: 1050.37 mg; Fosfor: 1703.63 mg; Błonnik pokarmowy: 35.37 g; suma cukrów prostych: 54.08 g; Woda: 1592.67 g; Popiół: 23.66 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-08-13 Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szyńka z komina 40g , Jajko gotowane 1szt (JAJA), Rzodkiewka 100g , Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g , Nektarynka 150g , Chleb razowy 50g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Buraki gotowane 200g , Kasza gryczana gotowana 150g , Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szyńka dębowa drobiowa 40g (., SELER, GORCZYCA), Ogórek zielony 100g , Herbata z cytryną 300ml , Serek włoski 50g (MLEKO), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2412.61 kcal; Energia: 10113.76 kJ; Białko ogółem: 113.93 g; białko zwierzęce: 67.31 g; białko roślinne: 46.17 g; Tłuszcz: 76.09 g; Węglowodany ogółem: 345.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.39 g; Sód: 3219.50 mg; Potas: 4421.36 mg; Wapń: 924.17 mg; Fosfor: 2213.18 mg; Błonnik pokarmowy: 30.49 g; suma cukrów prostych: 66.98 g; Woda: 1345.59 g; Popiół: 21.63 g;		
czwartek 2026-08-13 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szyńka z komina 40g , Jajko gotowane 1szt (JAJA), Pomidor 100g , Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g , Nektarynka 150g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Buraki gotowane 200g , Kompot owocowy 300ml , Kasza jęczmienna gotowana 150g (GLUTEN), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szyńka dębowa drobiowa 40g (., SELER, GORCZYCA), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Serek włoski 50g (MLEKO), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2377.30 kcal; Energia: 9964.41 kJ; Białko ogółem: 105.53 g; białko zwierzęce: 67.86 g; białko roślinne: 37.22 g; Tłuszcz: 75.10 g; Węglowodany ogółem: 351.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.29 g; Sód: 3459.47 mg; Potas: 4552.54 mg; Wapń: 926.65 mg; Fosfor: 1918.12 mg; Błonnik pokarmowy: 34.17 g; suma cukrów prostych: 67.99 g; Woda: 1371.70 g; Popiół: 21.01 g;		
czwartek 2026-08-13 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb razowy 50g , Bułka grahamka 1szt (GLUTEN, JAJA, ŻYTO), Masło śmietankowe 60% 15g , Szyńka z komina 40g , Jajko gotowane 1szt (JAJA), Rzodkiewka 100g , Kakao 300ml (MLEKO), Nektarynka 150g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 200g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Kasza gryczana gotowana 150g , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Szyńka dębowa drobiowa 40g (., SELER, GORCZYCA), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Serek włoski 50g (MLEKO), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2490.47 kcal; Energia: 10436.78 kJ; Białko ogółem: 118.21 g; białko zwierzęce: 66.21 g; białko roślinne: 51.55 g; Tłuszcz: 74.15 g; Węglowodany ogółem: 364.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.84 g; Sód: 2213.35 mg; Potas: 4224.81 mg; Wapń: 892.99 mg; Fosfor: 2205.50 mg; Błonnik pokarmowy: 32.58 g; suma cukrów prostych: 51.05 g; Woda: 1320.30 g; Popiół: 19.08 g;		
czwartek 2026-08-13 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Szyńka drobiowa gotowana 40g , Pomidor bez skórki 100g , Kakao 300ml (MLEKO), Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Sałata 10g , Nektarynka 150g ,	Rosół z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udko z kurczaka b/k gotowane 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g , Cukinia duszona 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Szyńka dębowa drobiowa 40g (., SELER, GORCZYCA), Pomidor bez skórki 100g , Herbata z cytryną 300ml , Serek włoski 50g (MLEKO), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 1751.59 kcal; Energia: 7337.91 kJ; Białko ogółem: 92.33 g; białko zwierzęce: 59.81 g; białko roślinne: 32.53 g; Tłuszcz: 44.66 g; Węglowodany ogółem: 264.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.67 g; Sód: 2739.32 mg; Potas: 4886.95 mg; Wapń: 787.17 mg; Fosfor: 1484.78 mg; Błonnik pokarmowy: 22.96 g; suma cukrów prostych: 49.88 g; Woda: 1518.45 g; Popiół: 19.01 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-08-13 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIĄŁKOWA		
Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szyńska z komina 50g , Jajko gotowane 1szt (JAJA), Pomidor 100g , Kakao 300ml (MLEKO), Nektarynka 150g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Buraki gotowane 200g , Kompot owocowy 300ml , Kasza jęczmienna gotowana 150g (GLUTEN), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szyńska dębowa drobiowa 40g (., SELER, GORCZYCA), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Serek włoski 50g (MLEKO), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2546.90 kcal; Energia: 10674.66 kJ; Białko ogółem: 120.20 g; białko zwierzęce: 82.52 g; białko roślinne: 37.23 g; Tłuszcz: 86.21 g; Węglowodany ogółem: 354.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.85 g; Sód: 3576.77 mg; Potas: 4699.44 mg; Wapń: 1024.15 mg; Fosfor: 2079.67 mg; Błonnik pokarmowy: 34.10 g; suma cukrów prostych: 69.99 g; Woda: 1447.17 g; Popiół: 21.91 g;		
czwartek 2026-08-13 Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi zmięszana 250ml (MLEKO), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g , Pasta jajeczna 60g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Kakao 300ml (MLEKO), Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN),	Zupa brokułowa z ziemniakami zmięszana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso drobiowe gotowane zmięszane 90g , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki puree 250g , Buraki gotowane puree 200g , Kompot owocowy 300ml ,	Zupa brokułowa z ziemniakami zmięszana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g , Pasta z sera włoskiego 60g (MLEKO), Herbata z cytryną 300ml , Buraki gotowane puree 50g , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 1995.05 kcal; Energia: 8355.97 kJ; Białko ogółem: 89.01 g; białko zwierzęce: 57.63 g; białko roślinne: 31.13 g; Tłuszcz: 71.99 g; Węglowodany ogółem: 271.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.54 g; Sód: 3203.85 mg; Potas: 5540.83 mg; Wapń: 1116.43 mg; Fosfor: 1698.34 mg; Błonnik pokarmowy: 25.80 g; suma cukrów prostych: 75.18 g; Woda: 1731.32 g; Popiół: 24.35 g;		
piątek 2026-08-14 Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica premium 40g , Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Papryka 100g , Twarożek 50g (MLEKO, LAKTOZA),	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Morszczuk panierowany z pieca 90g (GLUTEN, JAJA, RYBY, SEZAM, ŻYTO, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 250g , Surówka coleslaw 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Smalec z fasoli z jabłkiem i cebulką 50g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ogórek kiszony 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szyńska z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2019.74 kcal; Energia: 8463.88 kJ; Białko ogółem: 78.03 g; białko zwierzęce: 42.90 g; białko roślinne: 34.69 g; Tłuszcz: 68.01 g; Węglowodany ogółem: 298.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.38 g; Sód: 3239.36 mg; Potas: 4180.03 mg; Wapń: 991.90 mg; Fosfor: 1323.68 mg; Błonnik pokarmowy: 28.18 g; suma cukrów prostych: 44.88 g; Woda: 1429.28 g; Popiół: 20.44 g;		
piątek 2026-08-14 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica premium 40g , Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pomidor 100g , Twarożek 50g (MLEKO, LAKTOZA), Sałata 10g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Morszczuk parowany 90g (GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 250g , Cukinia duszona 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szyńska z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA), Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 1782.83 kcal; Energia: 7476.42 kJ; Białko ogółem: 81.21 g; białko zwierzęce: 50.43 g; białko roślinne: 30.34 g; Tłuszcz: 53.42 g; Węglowodany ogółem: 270.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.76 g; Sód: 2870.20 mg; Potas: 4573.95 mg; Wapń: 971.80 mg; Fosfor: 1515.46 mg; Błonnik pokarmowy: 28.62 g; suma cukrów prostych: 48.25 g; Woda: 1474.81 g; Popiół: 19.80 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-08-14 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica premium 40g , Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Papryka 100g , Twarożek 50g (MLEKO, LAKTOZA), Salata 10g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Morszczuk parowany 90g (GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 250g , Surówka colesław 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Smalec z fasoli z jabłkiem i cebulką 50g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ogórek kiszony 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Posiłek nocny: Jogurt pitny naturalny 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 1965.54 kcal; Energia: 8235.00 kJ; Białko ogółem: 76.31 g; białko zwierzęce: 41.60 g; białko roślinne: 34.26 g; Tłuszcz: 61.09 g; Węglowodany ogółem: 293.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.50 g; Sód: 2512.66 mg; Potas: 3663.46 mg; Wapń: 921.84 mg; Fosfor: 1118.91 mg; Błonnik pokarmowy: 20.82 g; suma cukrów prostych: 42.17 g; Woda: 1304.06 g; Popiół: 17.41 g;		
piątek 2026-08-14 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Baton pszenney 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Polędwica premium 40g , Banan 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pomidor bez skórki 100g , Twarożek 50g (MLEKO, LAKTOZA), Salata 10g ,	Rosół z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Morszczuk parowany 90g (GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g , Dynia duszona 200g , Kompot owocowy 300ml ,	Baton pszenney 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor bez skórki 100g , Herbata z cytryną 300ml , Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA), Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 1684.06 kcal; Energia: 7051.61 kJ; Białko ogółem: 74.90 g; białko zwierzęce: 41.32 g; białko roślinne: 33.58 g; Tłuszcz: 30.16 g; Węglowodany ogółem: 302.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.85 g; Sód: 2432.29 mg; Potas: 4785.86 mg; Wapń: 727.47 mg; Fosfor: 1165.76 mg; Błonnik pokarmowy: 28.88 g; suma cukrów prostych: 58.51 g; Woda: 1472.86 g; Popiół: 18.85 g;		
piątek 2026-08-14 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA		
Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica premium 50g , Twarożek 90g (MLEKO, LAKTOZA), Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pomidor 100g , Salata 10g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Morszczuk parowany 90g (GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 250g , Cukinia duszona 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z indyka 50g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Serek wiejski 90g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Jogurt pitny naturalny 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 1970.15 kcal; Energia: 8262.14 kJ; Białko ogółem: 100.48 g; białko zwierzęce: 70.49 g; białko roślinne: 29.54 g; Tłuszcz: 59.83 g; Węglowodany ogółem: 282.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.45 g; Sód: 2984.89 mg; Potas: 4620.92 mg; Wapń: 1195.23 mg; Fosfor: 1776.32 mg; Błonnik pokarmowy: 27.52 g; suma cukrów prostych: 62.30 g; Woda: 1533.02 g; Popiół: 20.77 g;		
piątek 2026-08-14 Dieta: GLIWICE DIETA PAKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi zmiksowana 250ml (MLEKO), Baton pszenney 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g , Twarożek 60g (MLEKO, LAKTOZA), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Buraki gotowane puree 50g ,	Zupa pomidorowa z ryżem zmiksowana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Morszczuk parowany mielony 90g (GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane puree 250g (MLEKO), Dynia duszona puree 200g , Kompot owocowy 300ml ,	Zupa pomidorowa z ryżem zmiksowana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenney 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g , Pasta z wędliny 60g , Herbata z cytryną 300ml , Dynia duszona puree 50g , Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 1707.05 kcal; Energia: 7151.13 kJ; Białko ogółem: 61.95 g; białko zwierzęce: 29.37 g; białko roślinne: 32.34 g; Tłuszcz: 48.78 g; Węglowodany ogółem: 280.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.07 g; Sód: 2078.94 mg; Potas: 4892.68 mg; Wapń: 1014.25 mg; Fosfor: 1312.43 mg; Błonnik pokarmowy: 28.27 g; suma cukrów prostych: 52.53 g; Woda: 1467.50 g; Popiół: 19.92 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-08-15 Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Kakao 300ml (MLEKO), Ogórek zielony 100g , Chleb razowy 50g , Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka drobiowa 40g , Serek śmietankowy w plastarch naturalny 40g , Morele 150g , Sałata 10g , Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Babka piaskowa 50g 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SEZAM, ŻYTO),	Zupa pieczarkowa z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowo-warzywny 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Sos pomidorowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g , Surówka z selera z rodzynkami i słonecznikiem 200g (MLEKO, SELER), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 40g , Posiłek nocny: Jogurt owocowy b/c szt 1g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2189.42 kcal; Energia: 8842.74 kJ; Białko ogółem: 93.32 g; białko zwierzęce: 49.28 g; białko roślinne: 36.33 g; Tłuszcz: 67.11 g; Węglowodany ogółem: 336.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.72 g; Sód: 2018.99 mg; Potas: 4777.96 mg; Wapń: 855.85 mg; Fosfor: 1458.62 mg; Błonnik pokarmowy: 41.64 g; suma cukrów prostych: 63.38 g; Woda: 1437.87 g; Popiół: 18.17 g;		
sobota 2026-08-15 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Pomidor 100g , Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka drobiowa 40g , Kakao 300ml (MLEKO), Serek śmietankowy w plastarch naturalny 40g , Morele 150g , Sałata 10g , Babka piaskowa 50g 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SEZAM, ŻYTO),	Zupa koperkowa z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowo-warzywny 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Sos pomidorowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g , Surówka z selera z rodzynkami i słonecznikiem 200g (MLEKO, SELER), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 40g , Posiłek nocny: Jogurt owocowy b/c szt 1g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2156.23 kcal; Energia: 8703.14 kJ; Białko ogółem: 92.48 g; białko zwierzęce: 49.83 g; białko roślinne: 34.93 g; Tłuszcz: 67.29 g; Węglowodany ogółem: 332.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.88 g; Sód: 2257.13 mg; Potas: 4952.97 mg; Wapń: 872.42 mg; Fosfor: 1490.09 mg; Błonnik pokarmowy: 44.66 g; suma cukrów prostych: 64.62 g; Woda: 1393.99 g; Popiół: 18.81 g;		
sobota 2026-08-15 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Ogórek zielony 100g , Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka drobiowa 40g , Kakao 300ml (MLEKO), Serek śmietankowy w plastarch naturalny 40g , Morele 150g , Sałata 10g , Babka piaskowa 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SEZAM, ŻYTO),	Zupa pieczarkowa z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowo-warzywny 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Sos pomidorowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g , Surówka z selera z rodzynkami i słonecznikiem 200g (MLEKO, SELER), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 40g , Posiłek nocny: Jogurt owocowy b/c szt 1g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2268.92 kcal; Energia: 9171.51 kJ; Białko ogółem: 93.77 g; białko zwierzęce: 47.63 g; białko roślinne: 38.43 g; Tłuszcz: 66.51 g; Węglowodany ogółem: 345.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.23 g; Sód: 1277.99 mg; Potas: 4413.46 mg; Wapń: 765.85 mg; Fosfor: 1205.12 mg; Błonnik pokarmowy: 32.94 g; suma cukrów prostych: 59.48 g; Woda: 1388.37 g; Popiół: 15.02 g;		
sobota 2026-08-15 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Pomidor bez skórki 100g , Baton pszeniczny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Kakao 300ml (MLEKO), Serek włoski 50g (MLEKO), Mus owocowy 120g 1szt , Sałata 10g , Szynka drobiowa 40g , Biszkoty 20g 1szt (GLUTEN, JAJA),	Rosół z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowo-warzywny 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Sos pomidorowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g , Marchew duszona 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Baton pszeniczny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Pomidor bez skórki 100g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 40g , Twaróg krajanka plaster 50g (MLEKO, LAKTOZA), Posiłek nocny: Jogurt owocowy b/c szt 1g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2121.49 kcal; Energia: 8889.00 kJ; Białko ogółem: 103.40 g; białko zwierzęce: 59.03 g; białko roślinne: 37.87 g; Tłuszcz: 48.33 g; Węglowodany ogółem: 342.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.05 g; Sód: 2462.35 mg; Potas: 4338.71 mg; Wapń: 787.63 mg; Fosfor: 1475.07 mg; Błonnik pokarmowy: 34.59 g; suma cukrów prostych: 63.25 g; Woda: 1360.22 g; Popiół: 18.08 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-08-15 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA		
Pomidor 100g , Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szyńka drobiowa 50g , Serek śmietankowy w plastarch naturalny 50g , Kakao 300ml (MLEKO), Morele 150g , Salata 10g , Babka piaskowa 50g 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SEZAM, ŻYTO),	Zupa koperkowa z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowo-warzywny 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Sos pomidorowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g , Surówka z selera z rodzynkami i słonecznikiem 200g (MLEKO, SELER), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Budyń waniliowy 250g (MLEKO),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Serek kanapkowy 90g (MLEKO, LAKTOZA), Polędwica premium 40g , Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Jogurt owocowy b/c szt 1g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2517.41 kcal; Energia: 10218.84 kJ; Białko ogółem: 106.70 g; białko zwierzęce: 63.95 g; białko roślinne: 35.03 g; Tłuszcz: 76.14 g; Węglowodany ogółem: 387.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.01 g; Sód: 2371.95 mg; Potas: 5300.32 mg; Wapń: 1172.09 mg; Fosfor: 1738.12 mg; Błonnik pokarmowy: 44.72 g; suma cukrów prostych: 104.70 g; Woda: 1613.58 g; Popiół: 20.62 g;		
sobota 2026-08-15 Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą wzmocniona 250ml (MLEKO, GLUTEN), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g , Pasta mięsna z warzywami 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kakao 300ml (MLEKO), Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN),	Zupa koperkowa z makaronem zmięszana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowo-warzywny 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Sos pomidorowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane puree 200g (MLEKO), Brokuły parowane puree 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Zupa koperkowa z makaronem zmięszana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g , Serek kanapkowy 60g (MLEKO, LAKTOZA), Herbata z cytryną 300ml , Brokuły parowane puree 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Posiłek nocny: Jogurt owocowy b/c szt 1g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1855.86 kcal; Energia: 7782.45 kJ; Białko ogółem: 83.06 g; białko zwierzęce: 42.48 g; białko roślinne: 36.04 g; Tłuszcz: 58.30 g; Węglowodany ogółem: 272.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.89 g; Sód: 2006.80 mg; Potas: 4744.80 mg; Wapń: 951.81 mg; Fosfor: 1435.61 mg; Błonnik pokarmowy: 30.10 g; suma cukrów prostych: 44.12 g; Woda: 1471.80 g; Popiół: 18.92 g;		
niedziela 2026-08-16 Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Pomidor 100g , Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Szyńka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Salata 10g ,	Rosół z lanym ciastem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udko z kurczaka b/k pieczone 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 250g , Salata z sosem vinegrette 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta twarogowa z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Rzodkiewka 100g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 40g (SELER, GORCZYCA), Posiłek nocny: Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2048.01 kcal; Energia: 8576.82 kJ; Białko ogółem: 101.53 g; białko zwierzęce: 72.36 g; białko roślinne: 28.72 g; Tłuszcz: 66.34 g; Węglowodany ogółem: 279.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.66 g; Sód: 2639.14 mg; Potas: 4507.98 mg; Wapń: 931.40 mg; Fosfor: 1663.69 mg; Błonnik pokarmowy: 22.01 g; suma cukrów prostych: 52.31 g; Woda: 1511.88 g; Popiół: 19.46 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-08-16 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Pomidor 100g , Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szyńka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Sałata 10g ,	Rosół z lanym ciastem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udko z kurczaka b/k gotowane 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 250g , Sałata z sosem vinegrette 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta twarogowa z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 40g (SELER, GORCZYCA), Posiłek nocny: Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 1989.89 kcal; Energia: 8337.37 kJ; Białko ogółem: 101.27 g; białko zwierzęce: 73.14 g; białko roślinne: 27.67 g; Tłuszcz: 65.56 g; Węglowodany ogółem: 274.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.88 g; Sód: 3133.17 mg; Potas: 4902.48 mg; Wapń: 983.34 mg; Fosfor: 1839.53 mg; Błonnik pokarmowy: 27.57 g; suma cukrów prostych: 54.96 g; Woda: 1587.81 g; Popiół: 21.71 g;		
niedziela 2026-08-16 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Pomidor 100g , Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Szyńka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Sałata 10g ,	Rosół z lanym ciastem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udko z kurczaka b/k pieczone 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 250g , Sałata z sosem vinegrette 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta twarogowa z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Rzodkiewka 100g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 40g (SELER, GORCZYCA), Posiłek nocny: Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2028.62 kcal; Energia: 8490.69 kJ; Białko ogółem: 101.36 g; białko zwierzęce: 71.26 g; białko roślinne: 29.64 g; Tłuszcz: 64.32 g; Węglowodany ogółem: 271.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.23 g; Sód: 2006.13 mg; Potas: 4422.70 mg; Wapń: 867.26 mg; Fosfor: 1497.99 mg; Błonnik pokarmowy: 16.06 g; suma cukrów prostych: 41.89 g; Woda: 1482.29 g; Popiół: 17.34 g;		
niedziela 2026-08-16 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Pomidor bez skórki 100g , Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Szyńka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN), Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Sałata 10g ,	Rosół z lanym ciastem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udko z kurczaka b/k gotowane 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 250g , Dynia duszona 200g , Kompot owocowy 300ml ,	Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Pasta twarogowa z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor bez skórki 100g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 40g (SELER, GORCZYCA), Posiłek nocny: Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 1933.03 kcal; Energia: 8088.37 kJ; Białko ogółem: 101.68 g; białko zwierzęce: 67.69 g; białko roślinne: 33.99 g; Tłuszcz: 52.42 g; Węglowodany ogółem: 287.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.35 g; Sód: 2962.63 mg; Potas: 5176.93 mg; Wapń: 1035.22 mg; Fosfor: 1691.21 mg; Błonnik pokarmowy: 26.75 g; suma cukrów prostych: 56.02 g; Woda: 1705.53 g; Popiół: 22.05 g;		
niedziela 2026-08-16 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA		
Pomidor 100g , Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Jajko gotowane 1szt (JAJA), Szyńka z indyka 50g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Sałata 10g , Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Rosół z lanym ciastem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udko z kurczaka b/k gotowane 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 250g , Sałata z sosem vinegrette 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Hummus 30g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Masło śmietankowe 60% 5g ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Kurczak gotowany 50g (SELER, GORCZYCA), Pasta twarogowa z koperkiem 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2232.27 kcal; Energia: 9352.14 kJ; Białko ogółem: 114.79 g; białko zwierzęce: 82.22 g; białko roślinne: 29.79 g; Tłuszcz: 76.77 g; Węglowodany ogółem: 297.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.55 g; Sód: 3506.03 mg; Potas: 5121.96 mg; Wapń: 1047.76 mg; Fosfor: 1996.50 mg; Błonnik pokarmowy: 29.41 g; suma cukrów prostych: 56.86 g; Woda: 1649.14 g; Popiół: 23.37 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-08-16 Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi zmiksowana 250ml (MLEKO), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g, Pasta z wędliny 50g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN),	Rosół z lanym ciastem zmiksowany 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udko z kurczaka b/k gotowane zmielone 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki puree 250g, Dynia duszona puree 200g, Kompot owocowy 300ml,	Rosół z lanym ciastem zmiksowany 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g, Twarożek 60g (MLEKO, LAKTOZA), Dynia duszona puree 50g, Herbata z cytryną 300ml, Posiłek nocny: Maślanka naturalna 330ml 1szt,
Wartości odżywcze: Energia: 1872.71 kcal; Energia: 7844.58 kJ; Białko ogółem: 88.58 g; białko zwierzęce: 59.32 g; białko roślinne: 29.02 g; Tłuszcz: 63.44 g; Węglowodany ogółem: 263.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.50 g; Sód: 2558.63 mg; Potas: 4913.57 mg; Wapń: 1158.15 mg; Fosfor: 1663.00 mg; Błonnik pokarmowy: 29.19 g; suma cukrów prostych: 54.61 g; Woda: 1702.82 g; Popiół: 21.54 g;		
poniedziałek 2026-08-17 Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Nektarynka 150g, Chleb razowy 50g, Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Ser mozzarella light (kulka) 40g, Papryka 100g, Kakao 300ml (MLEKO), Szynka dębowa drobiowa 40g (SELER, GORCZYCA), Sałata 10g,	Zupa botwinka z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pieczeń rzymska drobiowa 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki gotowane 250g, Kompot owocowy 300ml, Bukiet jarzyn 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Polędwica sopočka 40g, Ogórek zielony 100g, Herbata z cytryną 300ml, Pasta jajeczna 50g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2036.37 kcal; Energia: 8542.91 kJ; Białko ogółem: 97.37 g; białko zwierzęce: 50.24 g; białko roślinne: 39.07 g; Tłuszcz: 59.66 g; Węglowodany ogółem: 307.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.34 g; Sód: 2981.36 mg; Potas: 5183.01 mg; Wapń: 699.06 mg; Fosfor: 1529.73 mg; Błonnik pokarmowy: 33.52 g; suma cukrów prostych: 40.25 g; Woda: 1606.75 g; Popiół: 20.40 g;		
poniedziałek 2026-08-17 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Nektarynka 150g, Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Ser mozzarella light (kulka) 50g, Pomidor 100g, Kakao 300ml (MLEKO), Szynka dębowa drobiowa 40g (SELER, GORCZYCA), Sałata 10g,	Zupa botwinka z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pieczeń rzymska drobiowa 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki gotowane 250g, Kompot owocowy 300ml, Bukiet jarzyn 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Polędwica sopočka 40g, Pomidor 100g, Herbata z cytryną 300ml, Pasta jajeczna 50g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2002.13 kcal; Energia: 8396.60 kJ; Białko ogółem: 98.28 g; białko zwierzęce: 50.79 g; białko roślinne: 37.54 g; Tłuszcz: 60.37 g; Węglowodany ogółem: 298.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.06 g; Sód: 3225.43 mg; Potas: 5384.29 mg; Wapń: 709.11 mg; Fosfor: 1584.24 mg; Błonnik pokarmowy: 35.59 g; suma cukrów prostych: 41.48 g; Woda: 1564.82 g; Popiół: 20.99 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-08-17 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Nektarynka 150g , Chleb razowy 50g , Bułka grahamka 1szt (GLUTEN, JAJA, ŻYTO), Masło śmietankowe 60% 15g , Ser mozzarella light (kulka) 40g , Papryka 100g , Kakao 300ml (MLEKO), Szynka dębową drobiowa 40g (., SELER, GORCZYCA), Salata 10g ,	Zupa botwinka z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pieczeń rzymska drobiowa 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki gotowane 250g , Kompot owocowy 300ml , Bukiet jarzyn 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica sopočka 40g , Ogórek zielony 100g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta jajeczna 50g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Posiłek nocny: Jogurt pitny naturalny 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2179.37 kcal; Energia: 9140.09 kJ; Białko ogółem: 101.67 g; białko zwierzęce: 49.14 g; białko roślinne: 44.47 g; Tłuszcz: 58.96 g; Węglowodany ogółem: 337.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.91 g; Sód: 2304.36 mg; Potas: 4792.01 mg; Wapń: 639.06 mg; Fosfor: 1455.73 mg; Błonnik pokarmowy: 32.37 g; suma cukrów prostych: 39.05 g; Woda: 1482.15 g; Popiół: 18.00 g;		
poniedziałek 2026-08-17 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Ser mozzarella light (kulka) 50g , Banan 150g , Kakao 300ml (MLEKO), Szynka dębową drobiowa 40g (., SELER, GORCZYCA), Salata 10g , Pomidor bez skórki 100g ,	Rosół z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pieczeń rzymska drobiowa 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g , Cukinia duszona 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Szynka z piersi kurczaka 40g , Pomidor bez skórki 100g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta z białek jaja z twarogiem i koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 1938.30 kcal; Energia: 8118.26 kJ; Białko ogółem: 87.62 g; białko zwierzęce: 41.81 g; białko roślinne: 36.31 g; Tłuszcz: 50.34 g; Węglowodany ogółem: 305.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.26 g; Sód: 3174.49 mg; Potas: 5494.64 mg; Wapń: 608.60 mg; Fosfor: 1419.09 mg; Błonnik pokarmowy: 26.43 g; suma cukrów prostych: 53.50 g; Woda: 1544.99 g; Popiół: 20.28 g;		
poniedziałek 2026-08-17 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA		
Nektarynka 150g , Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka dębową drobiowa 50g (., SELER, GORCZYCA), Ser mozzarella light (kulka) 50g , Pomidor 100g , Kakao 300ml (MLEKO), Salata 10g ,	Zupa botwinka z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 250g , Pieczeń rzymska drobiowa 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Kompot owocowy 300ml , Bukiet jarzyn 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica sopočka 50g , Pasta jajeczna 90g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Jogurt pitny naturalny 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2268.50 kcal; Energia: 9512.72 kJ; Białko ogółem: 120.50 g; białko zwierzęce: 73.81 g; białko roślinne: 36.75 g; Tłuszcz: 79.65 g; Węglowodany ogółem: 299.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.20 g; Sód: 3305.97 mg; Potas: 5361.83 mg; Wapń: 826.07 mg; Fosfor: 1844.93 mg; Błonnik pokarmowy: 34.49 g; suma cukrów prostych: 43.45 g; Woda: 1597.40 g; Popiół: 21.52 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-08-17		
Dieta: GLIWICE DIETA PAKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi zmięszana 250ml (MLEKO), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g , Pasta z sera mozzarella 60g (MLEKO), Kakao 300ml (MLEKO), Dynia duszona puree 50g ,	Zupa botwinka z ziemniakami zmięszana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowy zmielony 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki puree 250g , Cukinia duszona puree 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Zupa botwinka z ziemniakami zmięszana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g , Pasta jajeczna 60g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Cukinia duszona puree 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2211.52 kcal; Energia: 9259.86 kJ; Białko ogółem: 91.74 g; białko zwierzęce: 56.95 g; białko roślinne: 34.55 g; Tłuszcz: 90.04 g; Węglowodany ogółem: 285.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.92 g; Sód: 2801.54 mg; Potas: 6131.52 mg; Wapń: 1194.93 mg; Fosfor: 1905.34 mg; Błonnik pokarmowy: 28.30 g; suma cukrów prostych: 45.39 g; Woda: 1850.14 g; Popiół: 25.12 g;		
wtorek 2026-08-18		
Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szyńka z piersi kurczaka 50g , Pomidor 100g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pasta z groszku zielonego 50g (GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM), Sałata 10g ,	Zupa jarzynowa z soczewicą i ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Gulasz drobiowy 150g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kasza pęczak 150g , Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 200g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta rybna z łososia z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Rzodkiewka 100g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 40g (SELER, GORCZYCA), Posiłek nocny: Jogurt wegański 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2365.67 kcal; Energia: 9912.74 kJ; Białko ogółem: 108.76 g; białko zwierzęce: 68.25 g; białko roślinne: 40.06 g; Tłuszcz: 100.07 g; Węglowodany ogółem: 293.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.36 g; Sód: 2440.23 mg; Potas: 4485.36 mg; Wapń: 1175.74 mg; Fosfor: 2024.90 mg; Błonnik pokarmowy: 36.93 g; suma cukrów prostych: 51.67 g; Woda: 1426.22 g; Popiół: 21.09 g;		
wtorek 2026-08-18		
Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szyńka z piersi kurczaka 50g , Pomidor 100g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Serek włoski 50g (MLEKO), Sałata 10g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Gulasz drobiowy 150g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kasza jaglana gotowana 150g , Dynia duszona 200g , Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta rybna z łososia z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 40g (SELER, GORCZYCA), Posiłek nocny: Jogurt wegański 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2469.89 kcal; Energia: 10351.22 kJ; Białko ogółem: 117.34 g; białko zwierzęce: 77.60 g; białko roślinne: 39.29 g; Tłuszcz: 91.04 g; Węglowodany ogółem: 325.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.25 g; Sód: 2231.24 mg; Potas: 4581.09 mg; Wapń: 1217.41 mg; Fosfor: 2229.46 mg; Błonnik pokarmowy: 31.92 g; suma cukrów prostych: 53.96 g; Woda: 1421.23 g; Popiół: 20.20 g;		
wtorek 2026-08-18		
Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Szyńka z piersi kurczaka 50g , Pomidor 100g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pasta z groszku zielonego 50g (GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM), Sałata 10g ,	Zupa jarzynowa z soczewicą i ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Gulasz drobiowy 150g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kasza pęczak 150g , Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 200g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta rybna z łososia z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Rzodkiewka 100g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 40g (SELER, GORCZYCA), Posiłek nocny: Jogurt wegański 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2471.67 kcal; Energia: 10351.10 kJ; Białko ogółem: 109.36 g; białko zwierzęce: 66.05 g; białko roślinne: 42.86 g; Tłuszcz: 99.27 g; Węglowodany ogółem: 306.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.70 g; Sód: 1452.23 mg; Potas: 3999.36 mg; Wapń: 1055.74 mg; Fosfor: 1686.90 mg; Błonnik pokarmowy: 25.33 g; suma cukrów prostych: 46.47 g; Woda: 1360.22 g; Popiół: 16.89 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-08-18		
Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Szynka z piersi kurczaka 50g, Pomidor bez skórki 100g, Mus owocowy 120g 1szt, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), Serek włoski 50g (MLEKO), Salata 10g,	Rosółek z kaszą manną 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso z udka kurczaka gotowane 90g, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g, Dynia duszona 200g, Kompot owocowy 300ml,	Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Pasta twarogowa z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor bez skórki 100g, Herbata z cytryną 300ml, Kurczak gotowany 40g (SELER, GORCZYCA), Posiłek nocny: Jogurt wegański 1szt,
Wartości odżywcze: Energia: 1952.08 kcal; Energia: 8168.51 kJ; Białko ogółem: 97.80 g; białko zwierzęce: 63.52 g; białko roślinne: 34.29 g; Tłuszcz: 46.26 g; Węglowodany ogółem: 308.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.06 g; Sód: 3016.87 mg; Potas: 4595.46 mg; Wapń: 1160.71 mg; Fosfor: 1688.75 mg; Błonnik pokarmowy: 26.00 g; suma cukrów prostych: 76.48 g; Woda: 1611.64 g; Popiół: 21.56 g;		
wtorek 2026-08-18		
Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Szynka z piersi kurczaka 50g, Pasta z groszku zielonego 50g (GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 100g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), Salata 10g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Gulasz drobiowy 150g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kasza jaglana gotowana 150g, Dynia duszona 200g, Kompot owocowy 300ml, Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Pasta rybna z łososia z koperkiem 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kurczak gotowany 50g (SELER, GORCZYCA), Pomidor 100g, Herbata z cytryną 300ml, Posiłek nocny: Jogurt wegański 1szt,
Wartości odżywcze: Energia: 2729.18 kcal; Energia: 11436.96 kJ; Białko ogółem: 128.02 g; białko zwierzęce: 84.97 g; białko roślinne: 42.60 g; Tłuszcz: 108.24 g; Węglowodany ogółem: 344.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.89 g; Sód: 2508.81 mg; Potas: 5087.20 mg; Wapń: 1356.26 mg; Fosfor: 2443.67 mg; Błonnik pokarmowy: 34.84 g; suma cukrów prostych: 65.10 g; Woda: 1551.53 g; Popiół: 22.30 g;		
wtorek 2026-08-18		
Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi zmięszana 250ml (MLEKO), Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g, Pasta z wędliny 60g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), Cukinia duszona puree 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA),	Zupa jarzynowa z ziemniakami zmięszana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso z udka kurczaka duszone zmielone 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane puree 250g (MLEKO), Dynia duszona puree 200g, Kompot owocowy 300ml,	Zupa jarzynowa z ziemniakami zmięszana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g, Pasta rybna z łososia z koperkiem 60g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN), Herbata z cytryną 300ml, Posiłek nocny: Jogurt wegański 1szt,
Wartości odżywcze: Energia: 1945.53 kcal; Energia: 8152.17 kJ; Białko ogółem: 85.00 g; białko zwierzęce: 52.56 g; białko roślinne: 32.20 g; Tłuszcz: 64.91 g; Węglowodany ogółem: 280.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.35 g; Sód: 2601.35 mg; Potas: 5514.19 mg; Wapń: 1090.90 mg; Fosfor: 1684.11 mg; Błonnik pokarmowy: 27.04 g; suma cukrów prostych: 51.67 g; Woda: 1662.56 g; Popiół: 22.43 g;		
środa 2026-08-19		
Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Chleb razowy 50g, Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 15g, Twarożek 50g (MLEKO, LAKTOZA), Dżem 25g 1szt, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), Arbuz 150g, Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN), Salata 10g, Musli 20g (GLUTEN),	Zupa szpinakowa z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Filet z kurczaka pieczony 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 250g, Fasolka szparagowa parowana 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Pierś delikatna z kurnej półki 40g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Papryka 100g, Herbata z cytryną 300ml, Ser mozzarella light (kulka) 40g, Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2187.77 kcal; Energia: 9162.19 kJ; Białko ogółem: 100.29 g; białko zwierzęce: 54.38 g; białko roślinne: 37.86 g; Tłuszcz: 59.78 g; Węglowodany ogółem: 336.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.35 g; Sód: 2127.06 mg; Potas: 4282.62 mg; Wapń: 991.51 mg; Fosfor: 1506.83 mg; Błonnik pokarmowy: 29.45 g; suma cukrów prostych: 66.60 g; Woda: 1492.33 g; Popiół: 18.93 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-08-19 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 15g, Twarożek 50g (MLEKO, LAKTOZA), Dżem 25g 1szt, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Arbuz 150g, Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN), Sałata 10g, Musli 20g (GLUTEN),	Zupa szpinakowa z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Filet z kurczaka pieczony 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 250g, Fasolka szparagowa parowana 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Pierś delikatna z kurnej półki 40g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Pomidor 100g, Herbata z cytryną 300ml, Ser mozzarella light (kulka) 50g, Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2156.43 kcal; Energia: 9030.14 kJ; Białko ogółem: 101.27 g; białko zwierzęce: 54.93 g; białko roślinne: 36.39 g; Tłuszcz: 60.43 g; Węglowodany ogółem: 328.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.07 g; Sód: 2378.60 mg; Potas: 4364.92 mg; Wapń: 1013.78 mg; Fosfor: 1572.39 mg; Błonnik pokarmowy: 30.96 g; suma cukrów prostych: 67.88 g; Woda: 1488.62 g; Popiół: 19.71 g;		
środa 2026-08-19 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb razowy 50g, Bułka grahamka 1szt (GLUTEN, JAJA, ŻYTO), Masło śmietankowe 60% 15g, Twarożek 50g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 100g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Arbuz 150g, Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN), Sałata 10g, Kurczak gotowany 40g (SELER, GORCZYCA), Musli 20g (GLUTEN),	Zupa szpinakowa z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Filet z kurczaka pieczony 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 250g, Fasolka szparagowa parowana 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb razowy 100g, Masło śmietankowe 60% 15g, Pierś delikatna z kurnej półki 40g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Papryka 100g, Herbata z cytryną 300ml, Ser mozzarella light (kulka) 40g, Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2197.67 kcal; Energia: 9194.87 kJ; Białko ogółem: 112.19 g; białko zwierzęce: 62.28 g; białko roślinne: 41.86 g; Tłuszcz: 55.95 g; Węglowodany ogółem: 334.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.87 g; Sód: 2466.90 mg; Potas: 4605.82 mg; Wapń: 933.01 mg; Fosfor: 1573.83 mg; Błonnik pokarmowy: 29.67 g; suma cukrów prostych: 51.49 g; Woda: 1594.04 g; Popiół: 19.23 g;		
środa 2026-08-19 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Baton pszeniczny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Twarożek 50g (MLEKO, LAKTOZA), Dżem 25g 1szt, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Banan 150g, Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN), Sałata 10g,	Rosół z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Filet z kurczaka gotowany 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 250g, Marchew duszona 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Baton pszeniczny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Pierś delikatna z kurnej półki 40g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Pomidor bez skórki 100g, Herbata z cytryną 300ml, Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2141.80 kcal; Energia: 8967.05 kJ; Białko ogółem: 98.52 g; białko zwierzęce: 62.32 g; białko roślinne: 36.20 g; Tłuszcz: 47.13 g; Węglowodany ogółem: 354.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.22 g; Sód: 2468.42 mg; Potas: 4876.06 mg; Wapń: 928.76 mg; Fosfor: 1528.73 mg; Błonnik pokarmowy: 27.93 g; suma cukrów prostych: 87.06 g; Woda: 1520.02 g; Popiół: 20.09 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-08-19 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIĄŁKOWA		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 15g, Twarożek 50g (MLEKO, LAKTOZA), Kurczak gotowany 50g (SELER, GORCZYCA), Dżem 25g 1szt, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Arbuz 150g, Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN), Sałata 10g, Musli 20g (GLUTEN),	Zupa szpinakowa z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Filet z kurczaka pieczony 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 250g, Fasolka szparagowa parowana 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Pierś delikatna z kurnej półki 40g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Pomidor 100g, Herbata z cytryną 300ml, Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2373.56 kcal; Energia: 9930.51 kJ; Białko ogółem: 123.57 g; białko zwierzęce: 86.23 g; białko roślinne: 36.89 g; Tłuszcz: 73.18 g; Węglowodany ogółem: 332.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.90 g; Sód: 2889.72 mg; Potas: 4769.17 mg; Wapń: 1165.15 mg; Fosfor: 1923.64 mg; Błonnik pokarmowy: 30.96 g; suma cukrów prostych: 70.88 g; Woda: 1644.96 g; Popiół: 22.33 g;		
środa 2026-08-19 Dieta: GLIWICE DIETA PĄPKOWATA		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną zmiksowana 250ml (MLEKO), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g, Twarożek 60g (MLEKO, LAKTOZA), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Dynia duszona puree 50g,	Zupa szpinakowa z makaronem zmiksowana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso drobiowe gotowane zmielone 90g, Ziemniaki gotowane 250g (MLEKO), Marchew duszona puree 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Zupa szpinakowa z makaronem zmiksowana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g, Pasta z wędliny 60g, Marchew duszona puree 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata z cytryną 300ml, Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 1819.83 kcal; Energia: 7624.90 kJ; Białko ogółem: 77.88 g; białko zwierzęce: 46.70 g; białko roślinne: 30.94 g; Tłuszcz: 56.32 g; Węglowodany ogółem: 275.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.12 g; Sód: 2236.07 mg; Potas: 4519.80 mg; Wapń: 1038.90 mg; Fosfor: 1434.99 mg; Błonnik pokarmowy: 27.87 g; suma cukrów prostych: 51.65 g; Woda: 1537.52 g; Popiół: 18.92 g;		
czwartek 2026-08-20 Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Chleb razowy 50g, Masło śmietankowe 60% 15g, Schab ze szpizarni 40g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Ser żółty niskotłuszczowy 50g, Morele 150g, Pomidor 100g, Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g, Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA),	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Jajka w sosie koperkowym 2 szt./100ml 1Por (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Marchewka z groszkiem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml, Ziemniaki gotowane 250g,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ogórek zielony 100g, Herbata z cytryną 300ml, Szynka dębowa drobiowa 40g (., SELER, GORCZYCA), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2309.49 kcal; Energia: 9682.59 kJ; Białko ogółem: 112.41 g; białko zwierzęce: 56.92 g; białko roślinne: 36.96 g; Tłuszcz: 83.78 g; Węglowodany ogółem: 308.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.97 g; Sód: 2497.61 mg; Potas: 4833.96 mg; Wapń: 972.67 mg; Fosfor: 1730.64 mg; Błonnik pokarmowy: 34.75 g; suma cukrów prostych: 54.92 g; Woda: 1557.05 g; Popiół: 19.13 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-08-20 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Schab ze szpizarni 40g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Twaróg krajanka plaster 50g (MLEKO, LAKTOZA), Morele 150g, Pomidor 100g, Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Jajka w sosie koperkowym 2 szt./100ml 1Por (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Marchewka z groszkiem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml, Ziemniaki gotowane 250g,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 100g, Herbata z cytryną 300ml, Szynka dębowa drobiowa 40g (., SELER, GORCZYCA), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2267.24 kcal; Energia: 9499.84 kJ; Białko ogółem: 104.43 g; białko zwierzęce: 67.19 g; białko roślinne: 36.20 g; Tłuszcz: 85.15 g; Węglowodany ogółem: 307.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.69 g; Sód: 2760.03 mg; Potas: 5133.20 mg; Wapń: 1039.33 mg; Fosfor: 1922.12 mg; Błonnik pokarmowy: 38.20 g; suma cukrów prostych: 57.84 g; Woda: 1572.81 g; Popiół: 20.40 g;		
czwartek 2026-08-20 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Morele 150g, Chleb razowy 100g, Masło śmietankowe 60% 15g, Schab ze szpizarni 40g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Ser żółty niskotłuszczowy 50g, Pomidor 100g, Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Jajka w sosie koperkowym 2 szt./100ml 1Por (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Surówka z marchewki 200g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml, Ziemniaki gotowane 250g,	Chleb razowy 100g, Masło śmietankowe 60% 15g, Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ogórek zielony 100g, Herbata z cytryną 300ml, Szynka dębowa drobiowa 40g (., SELER, GORCZYCA), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2328.15 kcal; Energia: 9750.10 kJ; Białko ogółem: 106.45 g; białko zwierzęce: 55.27 g; białko roślinne: 32.65 g; Tłuszcz: 80.70 g; Węglowodany ogółem: 314.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.17 g; Sód: 2041.53 mg; Potas: 4647.65 mg; Wapń: 931.75 mg; Fosfor: 1404.81 mg; Błonnik pokarmowy: 25.64 g; suma cukrów prostych: 52.37 g; Woda: 1579.97 g; Popiół: 15.82 g;		
czwartek 2026-08-20 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Szynka drobiowa gotowana 40g, Morele 150g, Mus owocowy 120g 1szt, Kakao 300ml (MLEKO), Twaróg krajanka plaster 50g (MLEKO, LAKTOZA), Sałata 10g,	Rosółek z kaszą manną 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso z udka kurczaka gotowane 90g, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g, Seler duszony 200g (SELER), Kompot owocowy 300ml,	Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Pasta z białek jaj z twarogiem i koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor bez skórki 100g, Herbata z cytryną 300ml, Szynka dębowa drobiowa 40g (., SELER, GORCZYCA), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 1948.94 kcal; Energia: 8165.48 kJ; Białko ogółem: 97.62 g; białko zwierzęce: 63.98 g; białko roślinne: 33.64 g; Tłuszcz: 49.63 g; Węglowodany ogółem: 305.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.11 g; Sód: 3839.30 mg; Potas: 4560.09 mg; Wapń: 845.05 mg; Fosfor: 1586.90 mg; Błonnik pokarmowy: 31.40 g; suma cukrów prostych: 74.91 g; Woda: 1468.35 g; Popiół: 21.67 g;		
czwartek 2026-08-20 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIĄŁKOWA		
Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Schab ze szpizarni 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Twaróg krajanka plaster 90g (MLEKO, LAKTOZA), Morele 150g, Pomidor 100g, Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Jajka w sosie koperkowym 2 szt./100ml 1Por (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Marchewka z groszkiem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml, Ziemniaki gotowane 250g, Podwieczorek: Maślanka 200ml (MLEKO),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Szynka dębowa drobiowa 50g (., SELER, GORCZYCA), Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 100g, Herbata z cytryną 300ml, Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2501.48 kcal; Energia: 10481.87 kJ; Białko ogółem: 127.53 g; białko zwierzęce: 89.83 g; białko roślinne: 36.21 g; Tłuszcz: 94.41 g; Węglowodany ogółem: 321.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.69 g; Sód: 3108.17 mg; Potas: 5581.40 mg; Wapń: 1343.64 mg; Fosfor: 2260.94 mg; Błonnik pokarmowy: 38.21 g; suma cukrów prostych: 69.61 g; Woda: 1814.29 g; Popiół: 22.72 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-08-20		
Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi zmiksowana 250ml (MLEKO), Baton pszenney 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g , Pasta mięsna z warzywami 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kakao 300ml (MLEKO), Marchew duszona puree 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA),	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną zmiksowana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso z udka kurczaka gotowane zmielone 90g , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki puree 250g , Seler duszony puree 200g (SELER), Kompot owocowy 300ml ,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną zmiksowana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenney 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g , Twarożek 60g (MLEKO, LAKTOZA), Seler duszony puree 50g (SELER), Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 1987.01 kcal; Energia: 8330.68 kJ; Białko ogółem: 84.01 g; białko zwierzęce: 51.86 g; białko roślinne: 31.90 g; Tłuszcz: 64.51 g; Węglowodany ogółem: 304.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.10 g; Sód: 3416.30 mg; Potas: 5425.69 mg; Wapń: 1083.34 mg; Fosfor: 1786.51 mg; Błonnik pokarmowy: 38.63 g; suma cukrów prostych: 61.73 g; Woda: 1639.02 g; Popiół: 24.27 g;		

Dietetyk

.....