

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-08-01 Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Kakao 300ml (MLEKO), Sałatka jarzynowa 100g , Chleb razowy 50g , Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Parówka drobiowa min. 75% 80g , Ketchup 17g 1szt , Szynka dębową drobiowa 40g (., SELER, GORCZYCA), Sałata 10g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowo-warzywny 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Sos szpinakowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kasza jęczmienna gotowana 150g (GLUTEN), 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 , Hummus 40g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 40g , Posiłek nocny: Jogurt wegański 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2426.72 kcal; Energia: 10169.75 kJ; Białko ogółem: 93.08 g; białko zwierzęce: 51.46 g; białko roślinne: 37.85 g; Tłuszcz: 90.77 g; Węglowodany ogółem: 340.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.37 g; Sód: 2670.07 mg; Potas: 3684.04 mg; Wapń: 923.34 mg; Fosfor: 1624.58 mg; Błonnik pokarmowy: 34.95 g; suma cukrów prostych: 37.40 g; Woda: 1237.12 g; Popiół: 17.64 g;		
sobota 2026-08-01 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Sałatka jarzynowa 100g , Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Parówka drobiowa min. 75% 80g , Ketchup 17g 1szt , Kakao 300ml (MLEKO), Szynka dębową drobiowa 40g (., SELER, GORCZYCA), Sałata 10g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowo-warzywny 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Sos szpinakowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kasza jęczmienna gotowana 150g (GLUTEN), Marchew duszona 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Ser mozzarella light (kulka) 50g , Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 40g , Posiłek nocny: Jogurt wegański 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2380.13 kcal; Energia: 9977.57 kJ; Białko ogółem: 98.24 g; białko zwierzęce: 52.01 g; białko roślinne: 35.96 g; Tłuszcz: 87.26 g; Węglowodany ogółem: 336.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.12 g; Sód: 2886.04 mg; Potas: 3813.63 mg; Wapń: 901.92 mg; Fosfor: 1669.81 mg; Błonnik pokarmowy: 38.57 g; suma cukrów prostych: 40.19 g; Woda: 1197.50 g; Popiół: 17.00 g;		
sobota 2026-08-01 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Sałatka jarzynowa 100g , Chleb razowy 50g , Bułka grahamka 1szt (GLUTEN, JAJA, ŻYTO), Masło śmietankowe 60% 15g , Parówka drobiowa min. 75% 80g , Ketchup 17g 1szt , Kakao 300ml (MLEKO), Szynka dębową drobiowa 40g (., SELER, GORCZYCA), Sałata 10g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowo-warzywny 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Sos szpinakowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kasza jęczmienna gotowana 150g (GLUTEN), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 200g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Hummus 40g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 40g , Posiłek nocny: Jogurt wegański 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2583.72 kcal; Energia: 10824.93 kJ; Białko ogółem: 98.18 g; białko zwierzęce: 50.36 g; białko roślinne: 44.05 g; Tłuszcz: 90.27 g; Węglowodany ogółem: 374.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.99 g; Sód: 2186.07 mg; Potas: 3553.04 mg; Wapń: 871.34 mg; Fosfor: 1569.58 mg; Błonnik pokarmowy: 34.90 g; suma cukrów prostych: 36.30 g; Woda: 1207.32 g; Popiół: 16.14 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-08-01 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Pomidor bez skóry 100g , Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Pasta z kurczaka i marchewki 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kakao 300ml (MLEKO), Szynka dębowo drobiowa 40g (., SELER, GORCZYCA), Salata 10g ,	Rosół z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Sos szpinakowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kasza jęczmienna gotowana 150g (GLUTEN), Marchew duszona 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Ser mozzarella light (kulka) 50g , Pomidor bez skóry 100g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 40g , Posiłek nocny: Jogurt wegański 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2156.01 kcal; Energia: 9030.85 kJ; Białko ogółem: 100.68 g; białko zwierzęce: 53.63 g; białko roślinne: 37.55 g; Tłuszcz: 63.01 g; Węglowodany ogółem: 325.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.20 g; Sód: 2397.05 mg; Potas: 4079.34 mg; Wapń: 790.22 mg; Fosfor: 1612.69 mg; Błonnik pokarmowy: 32.77 g; suma cukrów prostych: 35.92 g; Woda: 1253.56 g; Popiół: 16.24 g;		
sobota 2026-08-01 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA		
Salatka jarzynowa 100g , Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Parówka drobiowa min. 75% 80g , Ketchup 17g 1szt , Szynka dębowo drobiowa 50g (., SELER, GORCZYCA), Kakao 300ml (MLEKO), Salata 10g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowo-warzywny 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Sos szpinakowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kasza jęczmienna gotowana 150g (GLUTEN), Marchew duszona 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Ser mozzarella light (kulka) 60g , Polędwica premium 50g , Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Jogurt wegański 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2468.53 kcal; Energia: 10346.76 kJ; Białko ogółem: 107.28 g; białko zwierzęce: 59.15 g; białko roślinne: 35.96 g; Tłuszcz: 90.68 g; Węglowodany ogółem: 341.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.83 g; Sód: 3062.05 mg; Potas: 3984.20 mg; Wapń: 1006.07 mg; Fosfor: 1773.35 mg; Błonnik pokarmowy: 38.57 g; suma cukrów prostych: 44.29 g; Woda: 1286.80 g; Popiół: 17.76 g;		
sobota 2026-08-01 Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą zmięszana 250ml (MLEKO, GLUTEN), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g , Pasta z kurczaka i marchewki 80g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kakao 300ml (MLEKO), Jogurt pitny naturalny 1szt , Marchewka z groszkiem puree 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA),	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami zmięszana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowo-warzywny 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Sos szpinakowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane puree 200g (MLEKO), Marchew duszona puree 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami zmięszana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Pasta z sera mozzarella 40g (MLEKO), Herbata z cytryną 300ml , Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN), Posiłek nocny: Jogurt wegański 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 1960.08 kcal; Energia: 8211.18 kJ; Białko ogółem: 79.03 g; białko zwierzęce: 48.75 g; białko roślinne: 30.17 g; Tłuszcz: 79.92 g; Węglowodany ogółem: 260.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.07 g; Sód: 2613.02 mg; Potas: 5099.30 mg; Wapń: 1245.24 mg; Fosfor: 1624.69 mg; Błonnik pokarmowy: 30.33 g; suma cukrów prostych: 52.11 g; Woda: 1647.74 g; Popiół: 21.68 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-08-02 Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Pomidor 100g , Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Schab ze szpizarni 40g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt , Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g ,	Rosół z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udko z kurczaka b/k pieczone 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 250g , Kapusta czerwona gotowana 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Serek włoski 40g (MLEKO), Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2096.16 kcal; Energia: 8774.98 kJ; Białko ogółem: 93.00 g; białko zwierzęce: 56.94 g; białko roślinne: 35.62 g; Tłuszcz: 67.91 g; Węglowodany ogółem: 302.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.66 g; Sód: 1823.02 mg; Potas: 4886.05 mg; Wapń: 851.89 mg; Fosfor: 1403.34 mg; Błonnik pokarmowy: 28.28 g; suma cukrów prostych: 43.53 g; Woda: 1546.88 g; Popiół: 18.07 g;		
niedziela 2026-08-02 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Pomidor 100g , Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Schab ze szpizarni 40g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Pasta twarogowa z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt , Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g ,	Rosół z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 250g , Sałatka z pomidora 200g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Udko z kurczaka b/k duszone 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Serek włoski 40g (MLEKO), Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2164.84 kcal; Energia: 9071.43 kJ; Białko ogółem: 103.00 g; białko zwierzęce: 71.76 g; białko roślinne: 30.79 g; Tłuszcz: 82.62 g; Węglowodany ogółem: 281.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.21 g; Sód: 2543.32 mg; Potas: 5349.18 mg; Wapń: 828.75 mg; Fosfor: 1707.01 mg; Błonnik pokarmowy: 30.46 g; suma cukrów prostych: 44.77 g; Woda: 1615.88 g; Popiół: 20.33 g;		
niedziela 2026-08-02 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Pomidor 100g , Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Schab ze szpizarni 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN), Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g ,	Rosół z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udko z kurczaka b/k pieczone 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 250g , Kapusta czerwona gotowana 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Serek włoski 50g (MLEKO), Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2164.39 kcal; Energia: 9054.46 kJ; Białko ogółem: 97.34 g; białko zwierzęce: 59.37 g; białko roślinne: 37.52 g; Tłuszcz: 70.27 g; Węglowodany ogółem: 302.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.65 g; Sód: 1505.42 mg; Potas: 4824.35 mg; Wapń: 799.29 mg; Fosfor: 1267.04 mg; Błonnik pokarmowy: 22.58 g; suma cukrów prostych: 33.45 g; Woda: 1526.59 g; Popiół: 16.85 g;		
niedziela 2026-08-02 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Pomidor bez skóry 100g , Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Pasta twarogowa z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt , Kakao 300ml (MLEKO), Szynka drobiowa gotowana 50g , Sałata 10g ,	Udko z kurczaka b/k duszone 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Rosół z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 250g , Cukinia duszona puree 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Pomidor bez skóry 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Serek włoski 50g (MLEKO), Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 1970.88 kcal; Energia: 8252.46 kJ; Białko ogółem: 109.78 g; białko zwierzęce: 74.33 g; białko roślinne: 35.44 g; Tłuszcz: 55.44 g; Węglowodany ogółem: 278.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.25 g; Sód: 2294.46 mg; Potas: 5092.06 mg; Wapń: 762.19 mg; Fosfor: 1615.86 mg; Błonnik pokarmowy: 23.91 g; suma cukrów prostych: 41.91 g; Woda: 1628.17 g; Popiół: 19.43 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-08-02 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIĄŁKOWA		
Pomidor 100g , Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Schab ze szpizami 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Pasta twarogowa z koperkiem 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN), Kakao 300ml (MLEKO), Salata 10g ,	Rosół z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 250g , Salatka z pomidora 200g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Udko z kurczaka b/k duszone 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Podwieczorek: Jogurt pitny naturalny 1szt ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Serek włoski 50g (MLEKO), Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2237.81 kcal; Energia: 9373.56 kJ; Białko ogółem: 111.56 g; białko zwierzęce: 79.81 g; białko roślinne: 31.29 g; Tłuszcz: 89.18 g; Węglowodany ogółem: 276.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.79 g; Sód: 2791.39 mg; Potas: 5583.36 mg; Wapń: 880.26 mg; Fosfor: 1794.59 mg; Błonnik pokarmowy: 30.57 g; suma cukrów prostych: 38.33 g; Woda: 1658.73 g; Popiół: 21.65 g;		
niedziela 2026-08-02 Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną zmiksowana 250ml (MLEKO), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta z wędliny 80g , Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt , Kakao 300ml (MLEKO), Marchew duszona puree 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA),	Rosół z makaronem zmiksowany 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso drobiowe gotowane zmielone 90g , Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki puree 250g , Cukinia duszona puree 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Rosół z makaronem zmiksowany 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 15g , Herbata z cytryną 300ml , Cukinia duszona puree 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pasta z serka włoskiego 50g (MLEKO), Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2096.97 kcal; Energia: 8784.80 kJ; Białko ogółem: 78.97 g; białko zwierzęce: 45.87 g; białko roślinne: 32.66 g; Tłuszcz: 84.49 g; Węglowodany ogółem: 278.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.84 g; Sód: 1864.92 mg; Potas: 4707.20 mg; Wapń: 976.73 mg; Fosfor: 1479.15 mg; Błonnik pokarmowy: 24.77 g; suma cukrów prostych: 56.54 g; Woda: 1666.20 g; Popiół: 18.41 g;		
poniedziałek 2026-08-03 Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka drobiowa gotowana 40g , Papryka 100g , Kakao 300ml (MLEKO), Serek śmietankowy w plastarch naturalny 40g , Salata 10g ,	Zupa kalafiorowa 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 jęczmienna gotowana 150g (GLUTEN), Marchew oprószana 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta twarogowa 40g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Posiłek nocny: Jogurt owocowy b/c szt 1g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2493.10 kcal; Energia: 10457.45 kJ; Białko ogółem: 102.86 g; białko zwierzęce: 59.44 g; białko roślinne: 38.67 g; Tłuszcz: 82.78 g; Węglowodany ogółem: 362.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.82 g; Sód: 1661.19 mg; Potas: 4088.48 mg; Wapń: 922.66 mg; Fosfor: 1677.11 mg; Błonnik pokarmowy: 37.37 g; suma cukrów prostych: 45.14 g; Woda: 1304.75 g; Popiół: 16.08 g;		
poniedziałek 2026-08-03 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Serek śmietankowy w plastarch naturalny 40g , Pomidor 100g , Kakao 300ml (MLEKO), Szynka drobiowa gotowana 40g , Salata 10g ,	Zupa kalafiorowa 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 jęczmienna gotowana 150g (GLUTEN), Marchew oprószana 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta twarogowa 40g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Posiłek nocny: Jogurt owocowy b/c szt 1g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2418.76 kcal; Energia: 10146.80 kJ; Białko ogółem: 101.79 g; białko zwierzęce: 60.54 g; białko roślinne: 36.50 g; Tłuszcz: 82.73 g; Węglowodany ogółem: 350.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.07 g; Sód: 2159.73 mg; Potas: 4292.28 mg; Wapń: 974.93 mg; Fosfor: 1827.18 mg; Błonnik pokarmowy: 41.78 g; suma cukrów prostych: 47.71 g; Woda: 1317.54 g; Popiół: 17.91 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-08-03 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Serek śmietankowy w plastarch naturalny 40g , Papryka 100g , Kakao 300ml (MLEKO), Szynka drobiowa gotowana 40g , Sałata 10g ,	Zupa kalafiorowa 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 jęczmienna gotowana 150g (GLUTEN), Marchew oprószana 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta twarogowa 40g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2549.10 kcal; Energia: 10687.63 kJ; Białko ogółem: 102.86 g; białko zwierzęce: 62.34 g; białko roślinne: 40.07 g; Tłuszcz: 81.28 g; Węglowodany ogółem: 374.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.63 g; Sód: 1226.19 mg; Potas: 4031.48 mg; Wapń: 1020.66 mg; Fosfor: 1621.11 mg; Błonnik pokarmowy: 28.57 g; suma cukrów prostych: 54.04 g; Woda: 1352.85 g; Popiół: 14.88 g;		
poniedziałek 2026-08-03 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Szynka drobiowa gotowana 40g , Pomidor bez skórki 100g , Kakao 300ml (MLEKO), Serek kanapkowy 40g (MLEKO, LAKTOZA), Sałata 10g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso drobiowe gotowane 90g , Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g , Marchew duszona 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor bez skóry 100g , Herbata z cytryną 300ml , Twaróg krajanka plaster 40g (MLEKO, LAKTOZA), Posiłek nocny: Jogurt owocowy b/c szt 1g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1825.97 kcal; Energia: 7653.04 kJ; Białko ogółem: 97.13 g; białko zwierzęce: 59.90 g; białko roślinne: 32.93 g; Tłuszcz: 48.36 g; Węglowodany ogółem: 271.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.24 g; Sód: 2609.38 mg; Potas: 4536.75 mg; Wapń: 896.54 mg; Fosfor: 1515.83 mg; Błonnik pokarmowy: 29.52 g; suma cukrów prostych: 45.22 g; Woda: 1485.56 g; Popiół: 19.12 g;		
poniedziałek 2026-08-03 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka drobiowa gotowana 40g , Serek śmietankowy w plastarch naturalny 40g , Pomidor 100g , Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g ,	Zupa kalafiorowa 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 jęczmienna gotowana 150g (GLUTEN), Marchew oprószana 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 5g , Hummus 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta twarogowa 40g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2627.95 kcal; Energia: 11023.09 kJ; Białko ogółem: 107.72 g; białko zwierzęce: 64.87 g; białko roślinne: 38.57 g; Tłuszcz: 91.12 g; Węglowodany ogółem: 381.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.67 g; Sód: 2368.35 mg; Potas: 4564.02 mg; Wapń: 1152.79 mg; Fosfor: 1993.74 mg; Błonnik pokarmowy: 40.67 g; suma cukrów prostych: 60.11 g; Woda: 1414.55 g; Popiół: 19.49 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-08-03		
Dieta: GLIWICE DIETA PAKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi zmięszana 250ml (MLEKO), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g, Pasta z wędliny 60g, Kakao 300ml (MLEKO), Cukinia duszona puree 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami zmięszana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso drobiowe gotowane zmielone 90g, Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki puree 250g, Marchew duszona puree 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami zmięszana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g, Pasta twarogowa 60g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Herbata z cytryną 300ml, Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN), Posiłek nocny: Jogurt owocowy b/c szt 1g,
Wartości odżywcze: Energia: 1733.52 kcal; Energia: 7267.72 kJ; Białko ogółem: 73.43 g; białko zwierzęce: 39.54 g; białko roślinne: 29.34 g; Tłuszcz: 57.71 g; Węglowodany ogółem: 254.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.37 g; Sód: 2147.12 mg; Potas: 5085.20 mg; Wapń: 899.01 mg; Fosfor: 1396.75 mg; Błonnik pokarmowy: 31.34 g; suma cukrów prostych: 46.36 g; Woda: 1601.10 g; Popiół: 19.42 g;		
wtorek 2026-08-04		
Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Chleb razowy 100g, Masło śmietankowe 60% 15g, Szynka z komina 40g, Pomidor 100g, Brzoskwinia 130g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), Pasta jajeczna 50g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Salata 10g,	Zupa botwinka z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kotlet mielony drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki gotowane 250g, Surówka z kapusty białej z zieleniną 200g (MLEKO), Kompot owocowy 300ml, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	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, Szynka z piersi kurczaka 40g, Posiłek nocny: Maślanka naturalna 330ml 1szt,
Wartości odżywcze: Energia: 2029.60 kcal; Energia: 8506.65 kJ; Białko ogółem: 92.99 g; białko zwierzęce: 59.26 g; białko roślinne: 33.28 g; Tłuszcz: 64.77 g; Węglowodany ogółem: 293.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.04 g; Sód: 2361.84 mg; Potas: 5110.55 mg; Wapń: 898.11 mg; Fosfor: 1581.34 mg; Błonnik pokarmowy: 28.50 g; suma cukrów prostych: 43.07 g; Woda: 1614.10 g; Popiół: 20.17 g;		
wtorek 2026-08-04		
Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Szynka z komina 40g, Pomidor 100g, Brzoskwinia 130g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), Pasta z białek jaja z twarogiem i koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Salata 10g,	Zupa botwinka z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kotlet mielony drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki gotowane 250g, Seler duszony 200g (SELER), Kompot owocowy 300ml, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Szynka z piersi kurczaka 40g, Pomidor 100g, Herbata z cytryną 300ml, Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Posiłek nocny: Maślanka naturalna 330ml 1szt,
Wartości odżywcze: Energia: 1990.28 kcal; Energia: 8350.80 kJ; Białko ogółem: 84.52 g; białko zwierzęce: 52.19 g; białko roślinne: 31.88 g; Tłuszcz: 72.94 g; Węglowodany ogółem: 287.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.83 g; Sód: 3719.60 mg; Potas: 5281.71 mg; Wapń: 868.51 mg; Fosfor: 1686.83 mg; Błonnik pokarmowy: 39.93 g; suma cukrów prostych: 47.19 g; Woda: 1624.97 g; Popiół: 23.69 g;		
wtorek 2026-08-04		
Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb razowy 100g, Masło śmietankowe 60% 15g, Szynka z komina 40g, Pomidor 100g, Brzoskwinia 130g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), Pasta z białek jaja z twarogiem i koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Salata 10g,	Zupa botwinka z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kotlet mielony drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki gotowane 250g, Surówka z kapusty białej z zieleniną 200g (MLEKO), Kompot owocowy 300ml, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb razowy 100g, Masło śmietankowe 60% 15g, Pasta rybna z łososia z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pomidor 100g, Herbata z cytryną 300ml, Szynka z piersi kurczaka 40g, Posiłek nocny: Maślanka naturalna 330ml 1szt,
Wartości odżywcze: Energia: 2100.12 kcal; Energia: 8799.53 kJ; Białko ogółem: 93.36 g; białko zwierzęce: 58.10 g; białko roślinne: 34.81 g; Tłuszcz: 66.20 g; Węglowodany ogółem: 300.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.18 g; Sód: 1917.48 mg; Potas: 4882.66 mg; Wapń: 844.79 mg; Fosfor: 1403.47 mg; Błonnik pokarmowy: 22.87 g; suma cukrów prostych: 40.59 g; Woda: 1566.41 g; Popiół: 18.26 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-08-04 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Szyunka z komina 40g, Pomidor bez skóry 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), Sałata 10g,	Rosół z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kotleć mielony drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g, Seler duszony 200g (SELER), Kompot owocowy 300ml,	Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Kurczak gotowany 40g (SELER, GORCZYCA), Pomidor bez skóry 100g, Herbata z cytryną 300ml, Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Posiłek nocny: Maślanka naturalna 330ml 1szt,
Wartości odżywcze: Energia: 1896.03 kcal; Energia: 7934.68 kJ; Białko ogółem: 95.80 g; białko zwierzęce: 62.23 g; białko roślinne: 33.57 g; Tłuszcz: 54.74 g; Węglowodany ogółem: 283.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.88 g; Sód: 4032.19 mg; Potas: 4837.44 mg; Wapń: 775.12 mg; Fosfor: 1606.39 mg; Błonnik pokarmowy: 31.09 g; suma cukrów prostych: 59.74 g; Woda: 1592.05 g; Popiół: 23.40 g;		
wtorek 2026-08-04 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA		
Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Szyunka z komina 40g, Pasta z białek jaja z twarogiem i koperkiem 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 100g, Brzoskwinia 130g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Sałata 10g,	Zupa botwinka z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kotleć mielony drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki gotowane 250g, Seler duszony 200g (SELER), 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 90g (MLEKO, LAKTOZA), Kurczak gotowany 40g (SELER, GORCZYCA), Pomidor 100g, Herbata z cytryną 300ml, Posiłek nocny: Maślanka naturalna 330ml 1szt,
Wartości odżywcze: Energia: 2372.68 kcal; Energia: 9944.57 kJ; Białko ogółem: 119.13 g; białko zwierzęce: 86.29 g; białko roślinne: 32.39 g; Tłuszcz: 98.11 g; Węglowodany ogółem: 292.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.25 g; Sód: 4266.15 mg; Potas: 5712.58 mg; Wapń: 1040.37 mg; Fosfor: 2098.88 mg; Błonnik pokarmowy: 40.06 g; suma cukrów prostych: 50.16 g; Woda: 1807.59 g; Popiół: 26.65 g;		
wtorek 2026-08-04 Dieta: GLIWICE DIETA PAKOWATA		
Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g, Zupa mleczna z płatkami owsianymi zmięszana 250ml (MLEKO), Pasta jajeczna 60g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Bukiet jarzyn puree 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA),	Zupa botwinka z ziemniakami zmięszana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kotleć mielony drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane puree 250g (MLEKO), Seler duszony 200g (SELER), 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 z kurczaka i marchewki 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata z cytryną 300ml, Buraki gotowane puree 50g, Posiłek nocny: Maślanka naturalna 330ml 1szt,
Wartości odżywcze: Energia: 2312.81 kcal; Energia: 9691.52 kJ; Białko ogółem: 91.66 g; białko zwierzęce: 51.19 g; białko roślinne: 40.23 g; Tłuszcz: 82.39 g; Węglowodany ogółem: 338.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.81 g; Sód: 3725.48 mg; Potas: 6317.77 mg; Wapń: 1045.28 mg; Fosfor: 1888.24 mg; Błonnik pokarmowy: 39.09 g; suma cukrów prostych: 56.29 g; Woda: 1913.25 g; Popiół: 27.13 g;		
środa 2026-08-05 Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Chleb razowy 50g, Bułka maślana 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 15g, Serek włoski 40g (MLEKO), Dżem 25g 1szt, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Szyunka z piersi kurczaka 50g, Ogórek zielony 100g, Sałata 10g,	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Schab duszony 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kasza gryczana gotowana 150g, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Surówka z selera z rodzynkami i słonecznikiem 200g (MLEKO, SELER), Kompot owocowy 300ml,	Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Pierś delikatna z kurnej półki 40g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Papryka 100g, Herbata z cytryną 300ml, Serek śmietankowy w plastarach naturalny 40g, Chleb razowy 50g, Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2580.07 kcal; Energia: 10472.96 kJ; Białko ogółem: 123.68 g; białko zwierzęce: 70.85 g; białko roślinne: 49.41 g; Tłuszcz: 81.10 g; Węglowodany ogółem: 370.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.68 g; Sód: 1928.23 mg; Potas: 4006.34 mg; Wapń: 878.24 mg; Fosfor: 2134.69 mg; Błonnik pokarmowy: 35.16 g; suma cukrów prostych: 49.60 g; Woda: 1193.52 g; Popiół: 18.36 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-08-05 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka maślana 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 15g , Serek włoski 40g (MLEKO), Dżem 25g 1szt , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Banan 150g , Szynka z piersi kurczaka 50g , Pomidor 100g , Sałata 10g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Schab duszony 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kasza gryczana gotowana 150g , Cukinia 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 , Pierś delikatna z kurnej półki 40g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Serek śmietankowy w plastarach naturalny 40g , Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2661.69 kcal; Energia: 11153.27 kJ; Białko ogółem: 118.94 g; białko zwierzęce: 70.11 g; białko roślinne: 48.38 g; Tłuszcz: 82.02 g; Węglowodany ogółem: 392.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.25 g; Sód: 2215.04 mg; Potas: 4922.14 mg; Wapń: 798.88 mg; Fosfor: 2153.73 mg; Błonnik pokarmowy: 33.95 g; suma cukrów prostych: 72.85 g; Woda: 1303.13 g; Popiół: 20.37 g;		
środa 2026-08-05 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb razowy 50g , Bułka grahamka 1szt (GLUTEN, JAJA, ŻYTO), Masło śmietankowe 60% 15g , Serek włoski 40g (MLEKO), Ogórek zielony 100g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Szynka z piersi kurczaka 50g , Sałata 10g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Schab duszony 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kasza gryczana gotowana 150g , Surówka z selera z rodzynkami i słonecznikiem 200g (MLEKO, SELER), 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 , Serek śmietankowy w plastarach naturalny 40g , Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2500.97 kcal; Energia: 10141.35 kJ; Białko ogółem: 124.27 g; białko zwierzęce: 69.50 g; białko roślinne: 51.35 g; Tłuszcz: 76.66 g; Węglowodany ogółem: 360.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.17 g; Sód: 1756.03 mg; Potas: 3967.24 mg; Wapń: 836.64 mg; Fosfor: 2150.79 mg; Błonnik pokarmowy: 37.00 g; suma cukrów prostych: 35.68 g; Woda: 1172.66 g; Popiół: 17.93 g;		
środa 2026-08-05 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka maślana 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Serek włoski 50g (MLEKO), Dżem 25g 1szt , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Banan 150g , Szynka z piersi kurczaka 40g , Pomidor bez skórki 100g , Sałata 10g ,	Rosół z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Schab duszony 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), 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), Pierś delikatna z kurnej półki 40g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Pomidor bez skóry 100g , Herbata z cytryną 300ml , Serek śmietankowy w plastarach naturalny 40g , Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2203.42 kcal; Energia: 9223.05 kJ; Białko ogółem: 106.71 g; białko zwierzęce: 71.15 g; białko roślinne: 35.55 g; Tłuszcz: 58.76 g; Węglowodany ogółem: 334.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.14 g; Sód: 2745.91 mg; Potas: 5111.51 mg; Wapń: 732.22 mg; Fosfor: 1557.40 mg; Błonnik pokarmowy: 26.15 g; suma cukrów prostych: 71.31 g; Woda: 1516.61 g; Popiół: 20.54 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-08-05		
Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka maślana 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 15g , Serek włoski 40g (MLEKO), Dżem 25g 1szt , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Szynka z piersi kurczaka 50g , Ogórek zielony 100g , Salata 10g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Schab duszony 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kasza gryczana gotowana 150g , Cukinia duszona 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Serek wiejski 1 szt. 1szt (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Serek śmietankowy w plastarach naturalny 40g , Pierś delikatna z kurnej półki 40g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2546.36 kcal; Energia: 10670.75 kJ; Białko ogółem: 128.99 g; białko zwierzęce: 82.41 g; białko roślinne: 46.13 g; Tłuszcz: 85.56 g; Węglowodany ogółem: 341.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.54 g; Sód: 2600.20 mg; Potas: 3971.62 mg; Wapń: 877.26 mg; Fosfor: 2258.63 mg; Błonnik pokarmowy: 29.47 g; suma cukrów prostych: 50.58 g; Woda: 1248.86 g; Popiół: 19.62 g;		
środa 2026-08-05		
Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi zmiksowana 250ml (MLEKO), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Pasta z sera włoskiego 60g (MLEKO), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Seler duszony puree 50g (SELER),	Zupa pomidorowa z ryżem zmiksowana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka duszona zmielona 90g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sos pieczeniowy jasny 100ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane puree 250g (MLEKO), Cukinia duszona puree 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Zupa pomidorowa z ryżem zmiksowana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Pasta z wędliny 50g , Herbata z cytryną 300ml , Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN), Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 1947.74 kcal; Energia: 8155.42 kJ; Białko ogółem: 93.80 g; białko zwierzęce: 62.05 g; białko roślinne: 31.75 g; Tłuszcz: 64.06 g; Węglowodany ogółem: 271.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.66 g; Sód: 2599.19 mg; Potas: 5141.03 mg; Wapń: 973.36 mg; Fosfor: 1663.11 mg; Błonnik pokarmowy: 24.72 g; suma cukrów prostych: 46.81 g; Woda: 1574.24 g; Popiół: 21.46 g;		
czwartek 2026-08-06		
Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 40g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 100g , Kakao 300ml (MLEKO), Schab ze spiżarni 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Salata 10g , Jabłko 1szt ,	Zupa jarzynowa z soczewicą i makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka pieczona 90g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Marchewka z groszkiem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 250g , Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Ogórek zielony 100g , Herbata z cytryną 300ml , Salata 10g , Szynka dębowa drobiowa 40g (., SELER, GORCZYCA), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Posiłek nocny: Jogurt owocowy b/c szt 1g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2206.68 kcal; Energia: 9249.60 kJ; Białko ogółem: 108.89 g; białko zwierzęce: 61.41 g; białko roślinne: 42.27 g; Tłuszcz: 74.64 g; Węglowodany ogółem: 302.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.14 g; Sód: 2125.85 mg; Potas: 4377.24 mg; Wapń: 666.22 mg; Fosfor: 1531.31 mg; Błonnik pokarmowy: 35.79 g; suma cukrów prostych: 36.86 g; Woda: 1363.02 g; Popiół: 16.25 g;		
czwartek 2026-08-06		
Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 40g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 100g , Kakao 300ml (MLEKO), Schab ze spiżarni 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Salata 10g , Banan 150g ,	Zupa jarzynowa z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Marchewka z groszkiem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 250g , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pierś z kurczaka pieczona 90g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Salata 10g , Szynka dębowa drobiowa 40g (., SELER, GORCZYCA), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Posiłek nocny: Jogurt owocowy b/c szt 1g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2248.76 kcal; Energia: 9428.47 kJ; Białko ogółem: 104.43 g; białko zwierzęce: 62.51 g; białko roślinne: 36.71 g; Tłuszcz: 76.01 g; Węglowodany ogółem: 319.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.72 g; Sód: 2921.57 mg; Potas: 5192.41 mg; Wapń: 710.71 mg; Fosfor: 1646.90 mg; Błonnik pokarmowy: 40.38 g; suma cukrów prostych: 59.20 g; Woda: 1372.21 g; Popiół: 19.71 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-08-06 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 100g , Kakao 300ml (MLEKO), Bułka grahamka 1szt (GLUTEN, JAJA, ŻYTO), Schab ze spiżarni 40g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Sałata 10g , Jabłko 1szt ,	Zupa jarzynowa z soczewicą i makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka pieczona 90g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Bukiet jarzyn 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 250g , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Ogórek zielony 100g , Herbata z cytryną 300ml , Sałata 10g , Szynka drobiowa gotowana 40g , Jajko gotowane 1szt (JAJA), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2413.97 kcal; Energia: 10112.83 kJ; Białko ogółem: 115.03 g; białko zwierzęce: 63.87 g; białko roślinne: 50.12 g; Tłuszcz: 65.03 g; Węglowodany ogółem: 366.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.60 g; Sód: 1929.73 mg; Potas: 4290.61 mg; Wapń: 817.60 mg; Fosfor: 1484.95 mg; Błonnik pokarmowy: 31.32 g; suma cukrów prostych: 46.44 g; Woda: 1466.04 g; Popiół: 17.55 g;		
czwartek 2026-08-06 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Szynka drobiowa gotowana 40g , Mus owocowy 120g 1szt , Kakao 300ml (MLEKO), Schab ze spiżarni 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Sałata 10g , Pomidor bez skórki 100g ,	Rosół z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g , Seler duszony 200g (SELER), Kompot owocowy 300ml , Pierś z kurczaka gotowana 90g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA),	Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Pomidor bez skórki 100g , Herbata z cytryną 300ml , Sałata 10g , Szynka dębowa drobiowa 40g (., SELER, GORCZYCA), Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Posiłek nocny: Jogurt owocowy b/c szt 1g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1780.42 kcal; Energia: 7457.96 kJ; Białko ogółem: 98.33 g; białko zwierzęce: 65.82 g; białko roślinne: 28.21 g; Tłuszcz: 50.15 g; Węglowodany ogółem: 257.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.35 g; Sód: 3413.62 mg; Potas: 4166.39 mg; Wapń: 608.33 mg; Fosfor: 1332.26 mg; Błonnik pokarmowy: 31.33 g; suma cukrów prostych: 53.82 g; Woda: 1290.75 g; Popiół: 18.75 g;		
czwartek 2026-08-06 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA		
Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 40g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 100g , Kakao 300ml (MLEKO), Schab ze spiżarni 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Sałata 10g , Banan 150g ,	Zupa jarzynowa z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka gotowana 90g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Marchewka z groszkiem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 250g , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 5g , Hummus 30g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka dębowa drobiowa 40g (., SELER, GORCZYCA), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Sałata 10g , Jajko gotowane 1szt (JAJA), Posiłek nocny: Jogurt owocowy b/c szt 1g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2427.82 kcal; Energia: 10179.76 kJ; Białko ogółem: 112.76 g; białko zwierzęce: 66.50 g; białko roślinne: 38.72 g; Tłuszcz: 83.10 g; Węglowodany ogółem: 341.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.07 g; Sód: 3078.52 mg; Potas: 5338.67 mg; Wapń: 730.68 mg; Fosfor: 1740.24 mg; Błonnik pokarmowy: 42.21 g; suma cukrów prostych: 60.05 g; Woda: 1398.73 g; Popiół: 20.51 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-08-06 Dieta: GLIWICE DIETA PAKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi zmięszana 250ml (MLEKO), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g, Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 60g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kakao 300ml (MLEKO), Cukinia duszona puree 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA),	Zupa jarzynowa z makaronem zmięszana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet wieprzowy z szynki mielony 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki puree 250g, Seler duszony puree 200g (SELER), Kompot owocowy 300ml,	Zupa jarzynowa z ryżem zmięszana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g, Herbata z cytryną 300ml, Seler duszony puree 50g (SELER), Posiłek nocny: Jogurt owocowy b/c szt 1g,
Wartości odżywcze: Energia: 2037.15 kcal; Energia: 8543.49 kJ; Białko ogółem: 77.15 g; białko zwierzęce: 40.44 g; białko roślinne: 31.46 g; Tłuszcz: 78.62 g; Węglowodany ogółem: 284.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.10 g; Sód: 3438.44 mg; Potas: 4438.58 mg; Wapń: 919.32 mg; Fosfor: 1470.41 mg; Błonnik pokarmowy: 36.33 g; suma cukrów prostych: 48.19 g; Woda: 1412.58 g; Popiół: 21.94 g;		
piątek 2026-08-07 Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb razowy 100g, Masło śmietankowe 60% 15g, Pasta jajeczna z koperkiem 50g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Morele 150g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), Papryka 100g, Szynka z komina 40g, Salata 10g,	Zupa szczawiowa z lanym ciastem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mintaj panierowany z pieca 90g (GLUTEN, JAJA, SEZAM, ŻYTO, LAKTOZA), Warzywa po grecku 150g (SELER), Ziemniaki gotowane 250g, Kompot owocowy 300ml,	Chleb razowy 100g, Masło śmietankowe 60% 15g, Twarożek z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ogórek kiszony 100g, Herbata z cytryną 300ml, Szynka drobiowa gotowana 40g, Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2296.70 kcal; Energia: 9623.29 kJ; Białko ogółem: 122.95 g; białko zwierzęce: 87.24 g; białko roślinne: 35.27 g; Tłuszcz: 72.28 g; Węglowodany ogółem: 306.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.85 g; Sód: 3384.37 mg; Potas: 4699.91 mg; Wapń: 1063.48 mg; Fosfor: 1819.58 mg; Błonnik pokarmowy: 24.11 g; suma cukrów prostych: 53.65 g; Woda: 1667.10 g; Popiół: 22.21 g;		
piątek 2026-08-07 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Pasta jajeczna z koperkiem 50g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Morele 150g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), Pomidor 100g, Szynka z komina 40g, Salata 10g,	Rosół z lanym ciastem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mintaj parowany w piecu 90g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Warzywa po grecku 150g (SELER), Ziemniaki gotowane 250g, Kompot owocowy 300ml,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Twarożek z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pomidor 100g, Herbata z cytryną 300ml, Szynka drobiowa gotowana 40g, Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2088.68 kcal; Energia: 8756.34 kJ; Białko ogółem: 121.27 g; białko zwierzęce: 90.20 g; białko roślinne: 30.63 g; Tłuszcz: 65.97 g; Węglowodany ogółem: 284.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.65 g; Sód: 3672.49 mg; Potas: 5264.94 mg; Wapń: 1139.15 mg; Fosfor: 2130.07 mg; Błonnik pokarmowy: 34.41 g; suma cukrów prostych: 58.90 g; Woda: 1725.01 g; Popiół: 24.50 g;		
piątek 2026-08-07 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb razowy 100g, Masło śmietankowe 60% 15g, Pasta jajeczna z koperkiem 50g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Morele 150g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), Papryka 100g, Szynka z komina 40g, Salata 10g,	Zupa szczawiowa z lanym ciastem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mintaj parowany w piecu 90g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Warzywa po grecku 150g (SELER), Ziemniaki gotowane 250g, Kompot owocowy 300ml,	Chleb razowy 100g, Masło śmietankowe 60% 15g, Twarożek z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ogórek kiszony 100g, Herbata z cytryną 300ml, Szynka drobiowa gotowana 40g, Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2202.78 kcal; Energia: 9230.34 kJ; Białko ogółem: 121.66 g; białko zwierzęce: 87.04 g; białko roślinne: 34.17 g; Tłuszcz: 65.95 g; Węglowodany ogółem: 297.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.34 g; Sód: 3344.47 mg; Potas: 4679.55 mg; Wapń: 1060.21 mg; Fosfor: 1801.75 mg; Błonnik pokarmowy: 23.57 g; suma cukrów prostych: 53.62 g; Woda: 1664.93 g; Popiół: 22.13 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-08-07		
Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Pasta z białek jaja z twarogiem i koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Morele 150g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), Pomidor bez skóry 100g, Szynka z komina 40g, Salata 10g,	Rosół z lanym ciastem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mintaj parowany w piecu 90g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 250g, Cukinia duszona 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml,	Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Szynka drobiowa gotowana 40g, Pomidor bez skóry 100g, Herbata z cytryną 300ml, Twarożek z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2015.91 kcal; Energia: 8438.26 kJ; Białko ogółem: 122.08 g; białko zwierzęce: 88.13 g; białko roślinne: 33.95 g; Tłuszcz: 57.54 g; Węglowodany ogółem: 272.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.59 g; Sód: 2770.17 mg; Potas: 4964.65 mg; Wapń: 1027.55 mg; Fosfor: 1964.77 mg; Błonnik pokarmowy: 24.13 g; suma cukrów prostych: 52.43 g; Woda: 1754.76 g; Popiół: 21.50 g;		
piątek 2026-08-07		
Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Pasta jajeczna z koperkiem 90g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Morele 150g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), Pomidor 80g, Salata 10g, Szynka z komina 40g,	Rosół z lanym ciastem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mintaj parowany w piecu 90g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Warzywa po grecku 150g (SELER), Ziemniaki gotowane 250g, Kompot owocowy 300ml, Podwieczorek: Maślanka 200ml (MLEKO),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Szynka drobiowa gotowana 50g, Twarożek z koperkiem 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pomidor 100g, Herbata z cytryną 300ml, Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2322.66 kcal; Energia: 9737.77 kJ; Białko ogółem: 143.40 g; białko zwierzęce: 112.44 g; białko roślinne: 30.51 g; Tłuszcz: 77.22 g; Węglowodany ogółem: 294.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.49 g; Sód: 3912.87 mg; Potas: 5631.87 mg; Wapń: 1422.52 mg; Fosfor: 2480.82 mg; Błonnik pokarmowy: 34.24 g; suma cukrów prostych: 69.53 g; Woda: 1972.03 g; Popiół: 26.76 g;		
piątek 2026-08-07		
Dieta: GLIWICE DIETA PAKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi zmiększona 250ml (MLEKO), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g, Pasta jajeczna z koperkiem 80g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), Seler duszony puree 50g (SELER),	Zupa szczawiowa z lanym ciastem wzmocniona zmiększona 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mintaj parowany w piecu mielony 90g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane puree 250g (MLEKO), Cukinia duszona puree 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml,	Zupa szczawiowa z lanym ciastem wzmocniona zmiększona 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 15g, Twarożek z koperkiem 60g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Herbata z cytryną 300ml, Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN), Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2768.54 kcal; Energia: 11595.33 kJ; Białko ogółem: 163.70 g; białko zwierzęce: 133.97 g; białko roślinne: 29.21 g; Tłuszcz: 135.73 g; Węglowodany ogółem: 246.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.68 g; Sód: 2960.89 mg; Potas: 6028.85 mg; Wapń: 1213.29 mg; Fosfor: 2779.47 mg; Błonnik pokarmowy: 25.21 g; suma cukrów prostych: 46.77 g; Woda: 2083.27 g; Popiół: 25.88 g;		
sobota 2026-08-08		
Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Kakao 300ml (MLEKO), Pomidor 100g, Bułka kajzerka 0szt (ŻYTO, PSZENICA), Chleb razowy 50g, Masło śmietankowe 60% 15g, Parówka drobiowa min. 75% 80g, Ketchup 17g 1szt, Serek śmietankowy w plastarch naturalny 40g, Salata 10g, Jablko 1szt,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Zraz z indyka duszony 90g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Ziemniaki gotowane 250g, Buraki gotowane 200g, Kompot owocowy 300ml, Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb razowy 100g, Masło śmietankowe 60% 15g, Smalec z fasoli z jabłkiem i cebulką 40g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Papryka 100g, Herbata z cytryną 300ml, Pierś delikatna z kurnej półki 40g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2067.24 kcal; Energia: 8660.49 kJ; Białko ogółem: 77.89 g; białko zwierzęce: 46.66 g; białko roślinne: 30.46 g; Tłuszcz: 76.14 g; Węglowodany ogółem: 286.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.38 g; Sód: 2890.75 mg; Potas: 4511.02 mg; Wapń: 760.31 mg; Fosfor: 1160.87 mg; Błonnik pokarmowy: 22.38 g; suma cukrów prostych: 58.41 g; Woda: 1479.37 g; Popiół: 19.11 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-08-08 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Pomidor 100g , Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Parówka drobiowa min. 75% 80g , Kakao 300ml (MLEKO), Ketchup 17g 1szt , Serek śmietankowy w plastarch naturalny 40g , Salata 10g , Jablko pieczone 150g ,	Rosół z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Zraz z indyka duszony 90g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Ziemniaki gotowane 250g , Kompot owocowy 300ml , Buraki gotowane 200g , Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Twarożek z ziołami 40g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Pierś delikatna z kurnej półki 40g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2193.44 kcal; Energia: 9189.48 kJ; Białko ogółem: 88.71 g; białko zwierzęce: 55.59 g; białko roślinne: 32.35 g; Tłuszcz: 78.71 g; Węglowodany ogółem: 313.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.07 g; Sód: 3891.42 mg; Potas: 5220.68 mg; Wapń: 898.62 mg; Fosfor: 1579.07 mg; Błonnik pokarmowy: 32.34 g; suma cukrów prostych: 65.68 g; Woda: 1626.14 g; Popiół: 23.77 g;		
sobota 2026-08-08 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Pomidor 100g , Chleb razowy 50g , Bułka grahamka 1szt (GLUTEN, JAJA, ŻYTO), Masło śmietankowe 60% 15g , Parówka drobiowa min. 75% 80g , Kakao 300ml (MLEKO), Ketchup 17g 1szt , Serek śmietankowy w plastarch naturalny 40g , Salata 10g , Jablko 1szt ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Zraz z indyka duszony 90g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Ziemniaki gotowane 250g , Kompot owocowy 300ml , Kapusta czerwona gotowana 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Smalec z fasoli z jabłkiem i cebulką 40g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Papryka 100g , Herbata z cytryną 300ml , Pierś delikatna z kurnej półki 40g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2229.13 kcal; Energia: 9337.52 kJ; Białko ogółem: 88.60 g; białko zwierzęce: 46.85 g; białko roślinne: 40.98 g; Tłuszcz: 68.75 g; Węglowodany ogółem: 340.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.48 g; Sód: 2709.98 mg; Potas: 4739.39 mg; Wapń: 817.79 mg; Fosfor: 1398.13 mg; Błonnik pokarmowy: 31.03 g; suma cukrów prostych: 45.77 g; Woda: 1538.86 g; Popiół: 20.05 g;		
sobota 2026-08-08 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Pomidor bez skóry 100g , Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Szyunka drobiowa 50g , Kakao 300ml (MLEKO), Serek śmietankowy w plastarch naturalny 40g , Salata 10g , Jablko pieczone 150g ,	Rosół z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Zraz z indyka duszony 90g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g , Buraki gotowane 200g , Kompot owocowy 300ml ,	Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Pierś delikatna z kurnej półki 40g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Pomidor bez skóry 100g , Herbata z cytryną 300ml , Twaróg krajanka plaster 50g (MLEKO, LAKTOZA), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 1847.04 kcal; Energia: 7730.52 kJ; Białko ogółem: 92.39 g; białko zwierzęce: 57.20 g; białko roślinne: 35.20 g; Tłuszcz: 41.08 g; Węglowodany ogółem: 300.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.48 g; Sód: 3112.21 mg; Potas: 4907.48 mg; Wapń: 797.31 mg; Fosfor: 1385.86 mg; Błonnik pokarmowy: 28.00 g; suma cukrów prostych: 61.98 g; Woda: 1573.64 g; Popiół: 21.25 g;		
sobota 2026-08-08 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA		
Pomidor 100g , Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Parówka drobiowa min. 75% 80g , Szyunka drobiowa 50g , Kakao 300ml (MLEKO), Ketchup 17g 1szt , Salata 10g , Jablko 1szt ,	Rosół z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Zraz z indyka duszony 90g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Ziemniaki gotowane 250g , Kompot owocowy 300ml , Buraki gotowane 200g , Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Twarożek z ziołami 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś delikatna z kurnej półki 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2393.87 kcal; Energia: 10025.53 kJ; Białko ogółem: 112.20 g; białko zwierzęce: 79.30 g; białko roślinne: 32.35 g; Tłuszcz: 88.07 g; Węglowodany ogółem: 317.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.26 g; Sód: 4068.99 mg; Potas: 5406.91 mg; Wapń: 1051.20 mg; Fosfor: 1781.60 mg; Błonnik pokarmowy: 31.80 g; suma cukrów prostych: 70.54 g; Woda: 1738.37 g; Popiół: 25.06 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-08-08		
Dieta: GLIWICE DIETA PAKOWATA		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą zmięszana 250ml (MLEKO, GLUTEN), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g, Pasta z kurczaka i marchewki 80g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kakao 300ml (MLEKO), Cukinia duszona puree 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA),	Zupa ogórkowa z ziemniakami zmięszana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Zraz z indyka duszony 90g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane puree 200g (MLEKO), Buraki gotowane puree 200g, Kompot owocowy 300ml,	Zupa ogórkowa 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 wędliny 60g, Herbata z cytryną 300ml, Buraki gotowane puree 50g, Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2003.98 kcal; Energia: 8393.53 kJ; Białko ogółem: 75.19 g; białko zwierzęce: 44.87 g; białko roślinne: 30.08 g; Tłuszcz: 77.17 g; Węglowodany ogółem: 275.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.57 g; Sód: 3122.72 mg; Potas: 5171.22 mg; Wapń: 1037.17 mg; Fosfor: 1452.12 mg; Błonnik pokarmowy: 25.14 g; suma cukrów prostych: 74.28 g; Woda: 1617.81 g; Popiół: 22.59 g;		
niedziela 2026-08-09		
Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Chleb razowy 100g, Pomidor 100g, Masło śmietankowe 60% 15g, Serek wiejski 40g (MLEKO, LAKTOZA), Polędwica premium 40g, Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN), Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g,	Rosół z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso z udka kurczaka duszone 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 250g, Młoda kapusta gotowana 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml, Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb razowy 100g, Masło śmietankowe 60% 15g, Serek kanapkowy 40g (MLEKO, LAKTOZA), Rzodkiewka 100g, Herbata z cytryną 300ml, Szynka drobiowa gotowana 40g, Posiłek nocny: Owsianka w tubce 1szt,
Wartości odżywcze: Energia: 2039.64 kcal; Energia: 8311.57 kJ; Białko ogółem: 88.36 g; białko zwierzęce: 50.67 g; białko roślinne: 35.63 g; Tłuszcz: 56.65 g; Węglowodany ogółem: 306.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.14 g; Sód: 1258.79 mg; Potas: 3732.59 mg; Wapń: 571.88 mg; Fosfor: 957.82 mg; Błonnik pokarmowy: 23.76 g; suma cukrów prostych: 27.45 g; Woda: 1145.33 g; Popiół: 12.73 g;		
niedziela 2026-08-09		
Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Pomidor 100g, Masło śmietankowe 60% 15g, Serek wiejski 40g (MLEKO, LAKTOZA), Polędwica premium 40g, Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN), Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g,	Rosół z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso z udka kurczaka duszone 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 250g, Cukinia duszona 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml, Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Serek kanapkowy 40g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 100g, Herbata z cytryną 300ml, Szynka drobiowa gotowana 40g, Posiłek nocny: Owsianka w tubce 1szt,
Wartości odżywcze: Energia: 1921.46 kcal; Energia: 8057.29 kJ; Białko ogółem: 86.80 g; białko zwierzęce: 52.80 g; białko roślinne: 31.95 g; Tłuszcz: 61.01 g; Węglowodany ogółem: 283.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.95 g; Sód: 2253.49 mg; Potas: 4861.03 mg; Wapń: 709.18 mg; Fosfor: 1365.37 mg; Błonnik pokarmowy: 31.42 g; suma cukrów prostych: 33.53 g; Woda: 1433.70 g; Popiół: 18.03 g;		
niedziela 2026-08-09		
Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb razowy 100g, Pomidor 100g, Masło śmietankowe 60% 15g, Serek wiejski 70g (MLEKO, LAKTOZA), Polędwica premium 40g, Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN), Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g,	Rosół z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso z udka kurczaka duszone 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 250g, Młoda kapusta gotowana 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml, Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb razowy 100g, Masło śmietankowe 60% 15g, Serek kanapkowy 40g (MLEKO, LAKTOZA), Rzodkiewka 100g, Herbata z cytryną 300ml, Szynka drobiowa gotowana 40g, Posiłek nocny: Maślanka naturalna 330ml 1szt,
Wartości odżywcze: Energia: 2036.97 kcal; Energia: 8300.49 kJ; Białko ogółem: 94.22 g; białko zwierzęce: 58.13 g; białko roślinne: 35.63 g; Tłuszcz: 57.67 g; Węglowodany ogółem: 298.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.33 g; Sód: 1444.19 mg; Potas: 3908.99 mg; Wapń: 708.28 mg; Fosfor: 1084.02 mg; Błonnik pokarmowy: 22.56 g; suma cukrów prostych: 33.24 g; Woda: 1262.16 g; Popiół: 13.73 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-08-09 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Baton pszenney 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Pomidor bez skóry 100g , Polędwica premium 40g , Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN), Kakao 300ml (MLEKO), Ser mozzarella light (kulka) 50g , Salata 10g ,	Rosół z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso z udka kurczaka duszone 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 250g , Cukinia duszona 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Baton pszenney 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Serek kanapkowy 40g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor bez skóry 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka drobiowa gotowana 40g , Posiłek nocny: Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 1779.52 kcal; Energia: 7450.73 kJ; Białko ogółem: 94.23 g; białko zwierzęce: 48.79 g; białko roślinne: 35.95 g; Tłuszcz: 44.62 g; Węglowodany ogółem: 269.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.25 g; Sód: 2058.29 mg; Potas: 4763.83 mg; Wapń: 695.98 mg; Fosfor: 1245.77 mg; Błonnik pokarmowy: 24.02 g; suma cukrów prostych: 32.58 g; Woda: 1491.55 g; Popiół: 17.73 g;		
niedziela 2026-08-09 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA		
Pomidor 100g , Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Serek wiejski 70g (MLEKO, LAKTOZA), Polędwica premium 40g , Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN), Kakao 300ml (MLEKO), Salata 10g ,	Rosół z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso z udka kurczaka duszone 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 250g , Cukinia duszona 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 5g , Szynka z piersi kurczaka 25g ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka drobiowa gotowana 40g , Serek kanapkowy 110g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2132.89 kcal; Energia: 8943.71 kJ; Białko ogółem: 103.87 g; białko zwierzęce: 69.48 g; białko roślinne: 33.87 g; Tłuszcz: 73.24 g; Węglowodany ogółem: 294.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.82 g; Sód: 2620.89 mg; Potas: 5192.23 mg; Wapń: 932.18 mg; Fosfor: 1640.27 mg; Błonnik pokarmowy: 31.96 g; suma cukrów prostych: 41.50 g; Woda: 1611.25 g; Popiół: 20.14 g;		
niedziela 2026-08-09 Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi zmiksowana 250ml (MLEKO), Baton pszenney 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Serek wiejski 80g (MLEKO, LAKTOZA), Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN), Kakao 300ml (MLEKO),	Rosół z makaronem zmiksowany 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso drobiowe gotowane zmielone 90g , Ziemniaki puree 250g , Cukinia duszona puree 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Rosół z makaronem zmiksowany 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenney 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 80g (MLEKO, LAKTOZA), Herbata z cytryną 300ml , Cukinia duszona puree 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Posiłek nocny: Owsianka w tubce 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2170.51 kcal; Energia: 9088.34 kJ; Białko ogółem: 88.80 g; białko zwierzęce: 54.21 g; białko roślinne: 32.99 g; Tłuszcz: 87.24 g; Węglowodany ogółem: 279.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.49 g; Sód: 2316.67 mg; Potas: 4783.10 mg; Wapń: 970.63 mg; Fosfor: 1566.55 mg; Błonnik pokarmowy: 25.22 g; suma cukrów prostych: 46.89 g; Woda: 1629.13 g; Popiół: 19.50 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-08-10		
Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Chleb razowy 50g , Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 15g , Ser żółty niskotłuszczowy 40g , Sałatka jarzynowa 100g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), Dżem 25g , Sałata 10g ,	Zupa kalarepowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kluski z mięsem i masłem 250g (MLEKO, SELER), Fasolka szparagowa parowana 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z piersi kurczaka 40g , Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta rybna z łososia z koperkiem 40g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Posiłek nocny: Serek wiejski 1 szt. 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2191.91 kcal; Energia: 9183.20 kJ; Białko ogółem: 92.60 g; białko zwierzęce: 41.27 g; białko roślinne: 36.88 g; Tłuszcz: 75.83 g; Węglowodany ogółem: 303.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.67 g; Sód: 738.29 mg; Potas: 3599.62 mg; Wapń: 683.76 mg; Fosfor: 1073.03 mg; Błonnik pokarmowy: 23.08 g; suma cukrów prostych: 46.72 g; Woda: 1048.04 g; Popiół: 12.22 g;		
poniedziałek 2026-08-10		
Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka dębowa drobiowa 40g (., SELER, GORCZYCA), Sałatka jarzynowa 100g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), Dżem 25g , Sałata 10g ,	Zupa kalarepowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kluski z mięsem i masłem 250g (MLEKO, SELER), Dynia duszona 200g , Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z piersi kurczaka 40g , Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Twaróg krajanka plaster 40g (MLEKO, LAKTOZA), Posiłek nocny: Serek wiejski 1 szt. 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2130.37 kcal; Energia: 8934.03 kJ; Białko ogółem: 81.37 g; białko zwierzęce: 47.91 g; białko roślinne: 33.01 g; Tłuszcz: 81.22 g; Węglowodany ogółem: 297.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.86 g; Sód: 1973.99 mg; Potas: 4163.81 mg; Wapń: 828.51 mg; Fosfor: 1420.30 mg; Błonnik pokarmowy: 30.47 g; suma cukrów prostych: 54.99 g; Woda: 1092.05 g; Popiół: 16.11 g;		
poniedziałek 2026-08-10		
Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb razowy 50g , Bułka grahamka 1szt (GLUTEN, JAJA, ŻYTO), Masło śmietankowe 60% 15g , Ser żółty niskotłuszczowy 40g , Sałatka jarzynowa 100g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), Szynka dębowa drobiowa 40g (., SELER, GORCZYCA), Sałata 10g ,	Fasolka szparagowa parowana 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Zupa kalarepowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kompot owocowy 300ml , Filet z indyka duszony 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 250g ,	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 10g , Szynka z piersi kurczaka 40g , Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta rybna z łososia z koperkiem 40g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Posiłek nocny: Serek wiejski 1 szt. 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 1835.19 kcal; Energia: 7688.20 kJ; Białko ogółem: 108.78 g; białko zwierzęce: 59.22 g; białko roślinne: 35.18 g; Tłuszcz: 46.20 g; Węglowodany ogółem: 267.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.18 g; Sód: 2295.70 mg; Potas: 4091.29 mg; Wapń: 667.48 mg; Fosfor: 1418.02 mg; Błonnik pokarmowy: 26.68 g; suma cukrów prostych: 31.87 g; Woda: 1237.49 g; Popiół: 15.41 g;		
poniedziałek 2026-08-10		
Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Szynka dębowa drobiowa 40g (., SELER, GORCZYCA), Serek kanapkowy 40g (MLEKO, LAKTOZA), Banan 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), Pomidor bez skórki 100g , Sałata 10g ,	Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Rosół z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Filet z indyka duszony 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Dynia duszona 200g , Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 250g ,	Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Szynka z piersi kurczaka 40g , Pomidor bez skóry 100g , Herbata z cytryną 300ml , Sałata 10g , Twaróg krajanka plaster 40g (MLEKO, LAKTOZA), Posiłek nocny: Serek wiejski 1 szt. 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2030.68 kcal; Energia: 8505.78 kJ; Białko ogółem: 99.15 g; białko zwierzęce: 62.93 g; białko roślinne: 36.22 g; Tłuszcz: 45.46 g; Węglowodany ogółem: 331.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.67 g; Sód: 2790.35 mg; Potas: 5534.23 mg; Wapń: 809.86 mg; Fosfor: 1563.91 mg; Błonnik pokarmowy: 28.92 g; suma cukrów prostych: 68.50 g; Woda: 1557.22 g; Popiół: 21.30 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-08-10 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka dębowa drobiowa 40g (., SELER, GORCZYCA), Serek kanapkowy 40g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 100g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), Salata 10g ,	Zupa kalarepowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kluski z mięsem i masłem 250g (MLEKO, SELER), Dynia duszona 200g , Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Jogurt pitny naturalny 1szt ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z piersi kurczaka 40g , Twaróg krajanka plaster 110g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Salata 10g , Posiłek nocny: Serek wiejski 1 szt. 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2244.04 kcal; Energia: 9409.47 kJ; Białko ogółem: 99.12 g; białko zwierzęce: 66.61 g; białko roślinne: 32.06 g; Tłuszcz: 89.02 g; Węglowodany ogółem: 289.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.51 g; Sód: 2013.31 mg; Potas: 4439.62 mg; Wapń: 930.70 mg; Fosfor: 1628.01 mg; Błonnik pokarmowy: 29.22 g; suma cukrów prostych: 48.46 g; Woda: 1172.90 g; Popiół: 17.15 g;		
poniedziałek 2026-08-10 Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą zmiksowana 250ml (MLEKO, GLUTEN), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa 60g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), Cukinia duszona puree 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA),	Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Zupa kalarepowa z ziemniakami zmiksowana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso drobiowe gotowane zmiksowane 90g , Ziemniaki puree 250g , Dynia duszona puree 200g , Kompot owocowy 300ml ,	Zupa kalarepowa z ziemniakami zmiksowana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Pasta z wędliny 60g , Herbata z cytryną 300ml , Dynia duszona puree 50g , Posiłek nocny: Maślanka 200ml (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 1751.56 kcal; Energia: 7339.09 kJ; Białko ogółem: 73.03 g; białko zwierzęce: 46.26 g; białko roślinne: 26.77 g; Tłuszcz: 59.78 g; Węglowodany ogółem: 254.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.01 g; Sód: 2180.75 mg; Potas: 5120.01 mg; Wapń: 1195.09 mg; Fosfor: 1485.77 mg; Błonnik pokarmowy: 25.66 g; suma cukrów prostych: 56.89 g; Woda: 1666.36 g; Popiół: 20.76 g;		

Dietetyk

.....