

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-08-21 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szyunka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 50g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Serek wiejski 10g (MLEKO, LAKTOZA), Sałata 10g ,	Zupa szczawiowa z lanym ciastem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Leczo z indykiem i makaronem 150g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Hummus 10g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1013.35 kcal; Energia: 4244.11 kJ; Białko ogółem: 48.85 g; białko zwierzęce: 31.23 g; białko roślinne: 15.27 g; Tłuszcz: 32.89 g; Węglowodany ogółem: 141.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.94 g; Sód: 783.11 mg; Potas: 1825.16 mg; Wapń: 512.82 mg; Fosfor: 736.59 mg; Błonnik pokarmowy: 14.30 g; suma cukrów prostych: 24.76 g; Woda: 698.51 g; Popiół: 7.52 g;		
piątek 2026-08-21 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Chleb razowy 30g , Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szyunka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 50g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Serek wiejski 30g (MLEKO, LAKTOZA), Sałata 10g ,	Zupa szczawiowa z lanym ciastem 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Leczo z indykiem i makaronem 250g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Hummus 30g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1541.92 kcal; Energia: 6458.09 kJ; Białko ogółem: 72.30 g; białko zwierzęce: 40.34 g; białko roślinne: 28.11 g; Tłuszcz: 41.46 g; Węglowodany ogółem: 236.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.91 g; Sód: 1648.62 mg; Potas: 2477.43 mg; Wapń: 620.18 mg; Fosfor: 1078.90 mg; Błonnik pokarmowy: 22.22 g; suma cukrów prostych: 29.36 g; Woda: 873.29 g; Popiół: 11.56 g;		
piątek 2026-08-21 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Chleb razowy 50g , Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szyunka z indyka 30g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 50g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA), Sałata 10g ,	Zupa szczawiowa z lanym ciastem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Leczo z indykiem i makaronem 350g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Hummus 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 30g (SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 2002.16 kcal; Energia: 8383.09 kJ; Białko ogółem: 95.26 g; białko zwierzęce: 53.33 g; białko roślinne: 36.58 g; Tłuszcz: 56.55 g; Węglowodany ogółem: 298.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.94 g; Sód: 2055.30 mg; Potas: 3029.29 mg; Wapń: 696.33 mg; Fosfor: 1344.38 mg; Błonnik pokarmowy: 27.45 g; suma cukrów prostych: 32.05 g; Woda: 1029.55 g; Popiół: 14.04 g;		
piątek 2026-08-21 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szyunka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pomidor 50g , Serek wiejski 10g (MLEKO, LAKTOZA), Sałata 10g ,	Zupa szczawiowa z lanym ciastem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Leczo z indykiem i makaronem 150g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 10g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1042.19 kcal; Energia: 4365.63 kJ; Białko ogółem: 50.75 g; białko zwierzęce: 33.05 g; białko roślinne: 16.10 g; Tłuszcz: 33.25 g; Węglowodany ogółem: 149.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.68 g; Sód: 1035.31 mg; Potas: 1955.79 mg; Wapń: 552.24 mg; Fosfor: 834.52 mg; Błonnik pokarmowy: 17.17 g; suma cukrów prostych: 26.23 g; Woda: 721.07 g; Popiół: 8.63 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-08-21 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pomidor 50g, Serek wiejski 30g (MLEKO, LAKTOZA), Salata 10g,	Zupa koperkowa z lanym ciastem 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Leczo z indykiem i makaronem 250g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kompot owocowy 300ml, Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 30g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 50g, Herbata z cytryną 300ml, Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1548.25 kcal; Energia: 6485.03 kJ; Białko ogółem: 74.65 g; białko zwierzęce: 44.48 g; białko roślinne: 28.57 g; Tłuszcz: 41.20 g; Węglowodany ogółem: 239.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.77 g; Sód: 1806.61 mg; Potas: 2494.83 mg; Wapń: 644.91 mg; Fosfor: 1172.03 mg; Błonnik pokarmowy: 23.41 g; suma cukrów prostych: 30.54 g; Woda: 876.07 g; Popiół: 12.08 g;		
piątek 2026-08-21 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 30g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pomidor 50g, Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA), Salata 10g,	Zupa koperkowa z lanym ciastem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Leczo z indykiem i makaronem 350g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kompot owocowy 300ml, Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 50g, Herbata z cytryną 300ml, Kurczak gotowany 30g (SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1995.53 kcal; Energia: 8356.01 kJ; Białko ogółem: 98.72 g; białko zwierzęce: 60.23 g; białko roślinne: 36.90 g; Tłuszcz: 56.16 g; Węglowodany ogółem: 298.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.03 g; Sód: 2320.49 mg; Potas: 3096.99 mg; Wapń: 747.61 mg; Fosfor: 1498.60 mg; Błonnik pokarmowy: 29.65 g; suma cukrów prostych: 34.07 g; Woda: 1045.98 g; Popiół: 15.05 g;		
sobota 2026-08-22 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Chleb razowy 30g, Polędwica premium 20g, Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pomidor 50g, Brzoskwinia 150g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Twaróg 10g (MLEKO, LAKTOZA),	Zupa pomidorowa z ryżem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowo-warzywny 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki gotowane 60g, Surówka colesław 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml, Sos pietruszkowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 50g, Herbata z cytryną 300ml, Twaróg krajanka plaster 10g (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 1218.36 kcal; Energia: 5107.02 kJ; Białko ogółem: 52.87 g; białko zwierzęce: 37.54 g; białko roślinne: 15.33 g; Tłuszcz: 47.42 g; Węglowodany ogółem: 160.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.25 g; Sód: 1149.20 mg; Potas: 2666.57 mg; Wapń: 846.83 mg; Fosfor: 989.04 mg; Błonnik pokarmowy: 16.12 g; suma cukrów prostych: 49.65 g; Woda: 1074.76 g; Popiół: 11.39 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-08-22 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Chleb razowy 80g , Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Polędwica premium 20g , Twarożek 30g (MLEKO, LAKTOZA), Brzoskwinia 150g , Sałata 10g , Pomidor 50g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN),	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowo-warzywny 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki gotowane 100g , Surówka colesław 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Twaróg krajanka plaster 30g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1816.20 kcal; Energia: 7608.41 kJ; Białko ogółem: 78.93 g; białko zwierzęce: 52.14 g; białko roślinne: 26.79 g; Tłuszcz: 62.46 g; Węglowodany ogółem: 254.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.63 g; Sód: 1728.18 mg; Potas: 3519.16 mg; Wapń: 1025.85 mg; Fosfor: 1373.99 mg; Błonnik pokarmowy: 23.31 g; suma cukrów prostych: 56.72 g; Woda: 1315.44 g; Popiół: 15.64 g;		
sobota 2026-08-22 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (MLEKO), Chleb razowy 100g , Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Polędwica premium 30g , Twarożek 50g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 50g , Brzoskwinia 150g , Sałata 10g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN),	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowo-warzywny 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki gotowane 230g , Surówka colesław 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 30g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Twaróg krajanka plaster 50g (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2235.24 kcal; Energia: 9361.55 kJ; Białko ogółem: 97.75 g; białko zwierzęce: 64.96 g; białko roślinne: 32.79 g; Tłuszcz: 77.43 g; Węglowodany ogółem: 310.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.46 g; Sód: 2319.38 mg; Potas: 4323.84 mg; Wapń: 1150.57 mg; Fosfor: 1650.71 mg; Błonnik pokarmowy: 27.11 g; suma cukrów prostych: 62.29 g; Woda: 1515.16 g; Popiół: 19.13 g;		
sobota 2026-08-22 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Polędwica premium 20g , Brzoskwinia 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pomidor 50g , Twarożek 10g (MLEKO, LAKTOZA), Sałata 10g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowo-warzywny 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki gotowane 60g , Cukinia duszona 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Twaróg krajanka plaster 10g (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 1168.88 kcal; Energia: 4901.20 kJ; Białko ogółem: 52.52 g; białko zwierzęce: 37.83 g; białko roślinne: 14.69 g; Tłuszcz: 44.77 g; Węglowodany ogółem: 155.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.14 g; Sód: 1227.42 mg; Potas: 2737.66 mg; Wapń: 835.12 mg; Fosfor: 1037.10 mg; Błonnik pokarmowy: 16.70 g; suma cukrów prostych: 50.17 g; Woda: 1086.59 g; Popiół: 11.72 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-08-22 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Połędwica premium 20g , Brzoskwinia 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pomidor 50g , Twarożek 30g (MLEKO, LAKTOZA), Salata 10g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowo-warzywny 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki gotowane 100g , Cukinia duszona 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Twaróg krajanka plaster 30g (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 1679.70 kcal; Energia: 7040.02 kJ; Białko ogółem: 77.02 g; białko zwierzęce: 52.83 g; białko roślinne: 24.19 g; Tłuszcz: 57.74 g; Węglowodany ogółem: 236.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.37 g; Sód: 1995.72 mg; Potas: 3594.39 mg; Wapń: 1013.37 mg; Fosfor: 1482.34 mg; Błonnik pokarmowy: 25.15 g; suma cukrów prostych: 58.02 g; Woda: 1314.26 g; Popiół: 16.26 g;		
sobota 2026-08-22 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (MLEKO), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Połędwica premium 30g , Brzoskwinia 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pomidor 50g , Twarożek 50g (MLEKO, LAKTOZA), Salata 10g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowo-warzywny 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki gotowane 230g , Cukinia duszona 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 30g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Twaróg krajanka plaster 50g (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2113.68 kcal; Energia: 8856.52 kJ; Białko ogółem: 96.80 g; białko zwierzęce: 65.97 g; białko roślinne: 30.82 g; Tłuszcz: 72.27 g; Węglowodany ogółem: 297.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.37 g; Sód: 2673.01 mg; Potas: 4549.82 mg; Wapń: 1148.76 mg; Fosfor: 1812.33 mg; Błonnik pokarmowy: 30.45 g; suma cukrów prostych: 64.37 g; Woda: 1542.58 g; Popiół: 20.54 g;		
niedziela 2026-08-23 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Kakao 300ml (MLEKO), Pomidor 50g , Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Parówka drobiowa min. 75% 60g , Ser żółty niskotłuszczowy 10g , Morele 150g , Salata 10g ,	Rosół z makaronem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Filet z kurczaka pieczony 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 60g , Surówka z selera z rodzynkami i słonecznikiem 60g (MLEKO, SELER), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek śmietankowy w plastarach naturalny 10g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Połędwica premium 20g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1225.82 kcal; Energia: 5032.16 kJ; Białko ogółem: 54.72 g; białko zwierzęce: 36.75 g; białko roślinne: 13.58 g; Tłuszcz: 54.11 g; Węglowodany ogółem: 145.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.39 g; Sód: 1159.82 mg; Potas: 2615.30 mg; Wapń: 714.13 mg; Fosfor: 869.83 mg; Błonnik pokarmowy: 15.74 g; suma cukrów prostych: 44.95 g; Woda: 917.72 g; Popiół: 10.38 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-08-23 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Kakao 300ml (MLEKO), Pomidor 50g , Chleb razowy 80g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Parówka drobiowa min. 75% 60g , Ser żółty niskotłuszczowy 30g , Morele 150g , Salata 10g ,	Rosół z makaronem 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Filet z kurczaka pieczony 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 100g , Surówka z selera z rodzynekami i słonecznikiem 100g (MLEKO, SELER), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Serek śmietankowy w plastarach naturalny 30g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 20g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1714.17 kcal; Energia: 7012.33 kJ; Białko ogółem: 81.23 g; białko zwierzęce: 46.29 g; białko roślinne: 22.73 g; Tłuszcz: 65.04 g; Węglowodany ogółem: 221.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.11 g; Sód: 1570.73 mg; Potas: 3264.68 mg; Wapń: 783.21 mg; Fosfor: 1127.46 mg; Błonnik pokarmowy: 22.13 g; suma cukrów prostych: 47.79 g; Woda: 1056.10 g; Popiół: 13.06 g;		
niedziela 2026-08-23 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Kakao 300ml (MLEKO), Pomidor 50g , Chleb razowy 100g , Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Parówka drobiowa min. 75% 60g , Ser żółty niskotłuszczowy 50g , Morele 150g , Salata 10g ,	Rosół z makaronem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Filet z kurczaka pieczony 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 230g , Surówka z selera z rodzynekami i słonecznikiem 120g (MLEKO, SELER), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Serek śmietankowy w plastarach naturalny 50g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2086.88 kcal; Energia: 8536.57 kJ; Białko ogółem: 97.41 g; białko zwierzęce: 48.79 g; białko roślinne: 29.34 g; Tłuszcz: 75.69 g; Węglowodany ogółem: 277.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.61 g; Sód: 2108.23 mg; Potas: 4014.63 mg; Wapń: 825.20 mg; Fosfor: 1271.63 mg; Błonnik pokarmowy: 27.00 g; suma cukrów prostych: 49.88 g; Woda: 1207.40 g; Popiół: 16.14 g;		
niedziela 2026-08-23 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Pomidor 50g , Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Parówka drobiowa min. 75% 60g , Kakao 300ml (MLEKO), Ser żółty niskotłuszczowy 10g , Morele 150g , Salata 10g ,	Rosół z makaronem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Filet z kurczaka pieczony 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 60g , Surówka z selera z rodzynekami i słonecznikiem 60g (MLEKO, SELER), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek śmietankowy w plastarach naturalny 10g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 20g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1209.92 kcal; Energia: 4966.40 kJ; Białko ogółem: 54.63 g; białko zwierzęce: 37.08 g; białko roślinne: 13.16 g; Tłuszcz: 54.23 g; Węglowodany ogółem: 143.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.49 g; Sód: 1308.02 mg; Potas: 2688.20 mg; Wapń: 732.13 mg; Fosfor: 920.53 mg; Błonnik pokarmowy: 17.48 g; suma cukrów prostych: 45.73 g; Woda: 927.62 g; Popiół: 11.01 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-08-23		
Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Pomidor 50g , Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Parówka drobiowa min. 75% 60g , Kakao 300ml (MLEKO), Ser żółty niskotłuszczowy 30g , Morele 150g , Salata 10g ,	Rosół z makaronem 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Filet z kurczaka pieczony 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 100g , Surówka z selera z rodzynkami i słonecznikiem 100g (MLEKO, SELER), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek śmietankowy w plastarach naturalny 30g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 20g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1664.27 kcal; Energia: 6802.58 kJ; Białko ogółem: 80.83 g; białko zwierzęce: 47.24 g; białko roślinne: 21.61 g; Tłuszcz: 64.61 g; Węglowodany ogółem: 215.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.84 g; Sód: 1966.83 mg; Potas: 3461.58 mg; Wapń: 832.81 mg; Fosfor: 1263.86 mg; Błonnik pokarmowy: 26.77 g; suma cukrów prostych: 49.93 g; Woda: 1084.10 g; Popiół: 14.75 g;		
niedziela 2026-08-23		
Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Pomidor 50g , Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Parówka drobiowa min. 75% 60g , Kakao 300ml (MLEKO), Ser żółty niskotłuszczowy 50g , Morele 150g , Salata 10g ,	Rosół z makaronem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Filet z kurczaka pieczony 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 230g , Surówka z selera z rodzynkami i słonecznikiem 120g (MLEKO, SELER), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Serek śmietankowy w plastarach naturalny 50g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2033.88 kcal; Energia: 8317.39 kJ; Białko ogółem: 97.11 g; białko zwierzęce: 49.89 g; białko roślinne: 27.94 g; Tłuszcz: 76.09 g; Węglowodany ogółem: 271.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.94 g; Sód: 2602.23 mg; Potas: 4257.63 mg; Wapń: 885.20 mg; Fosfor: 1440.63 mg; Błonnik pokarmowy: 32.80 g; suma cukrów prostych: 52.48 g; Woda: 1240.40 g; Popiół: 18.24 g;		
poniedziałek 2026-08-24		
Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Pomidor 50g , Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Sok NFC 200ml 1szt , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Jajko gotowane 0.5szt (JAJA), Salata 10g ,	Zupa botwinka z ziemniakami 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pieczeń rzymska drobiowa 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki 60g , Salata z sosem vinegrette 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Sos koperkowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Maślanka naturalna 330ml 1szt ,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 10g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Rzodkiewka 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1056.60 kcal; Energia: 4425.75 kJ; Białko ogółem: 50.18 g; białko zwierzęce: 37.28 g; białko roślinne: 12.78 g; Tłuszcz: 39.52 g; Węglowodany ogółem: 136.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.30 g; Sód: 1112.93 mg; Potas: 2463.78 mg; Wapń: 613.81 mg; Fosfor: 894.71 mg; Błonnik pokarmowy: 12.45 g; suma cukrów prostych: 36.84 g; Woda: 944.01 g; Popiół: 9.89 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-08-24 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Pomidor 50g , Chleb razowy 80g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szyńka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Sok NFC 200ml 1szt , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Salata 10g ,	Zupa botwinka 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), Ziemniaki 100g , Salata z sosem vinegrette 100g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Sos koperkowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Maślanka naturalna 330ml 1szt ,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 30g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Rzodkiewka 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1615.61 kcal; Energia: 6765.37 kJ; Białko ogółem: 75.28 g; białko zwierzęce: 51.75 g; białko roślinne: 23.18 g; Tłuszcz: 53.28 g; Węglowodany ogółem: 223.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.17 g; Sód: 1676.57 mg; Potas: 3238.95 mg; Wapń: 708.15 mg; Fosfor: 1251.76 mg; Błonnik pokarmowy: 17.88 g; suma cukrów prostych: 39.48 g; Woda: 1149.26 g; Popiół: 13.52 g;		
poniedziałek 2026-08-24 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Pomidor 50g , Chleb razowy 100g , Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szyńka z indyka 30g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Sok NFC 200ml 1szt , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Salata 10g ,	Zupa botwinka z ziemniakami 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pieczeń rzymska drobiowa 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki 230g , Salata z sosem vinegrette 120g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Maślanka naturalna 330ml 1szt ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Rzodkiewka 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 30g (SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 2052.08 kcal; Energia: 8589.84 kJ; Białko ogółem: 90.27 g; białko zwierzęce: 58.65 g; białko roślinne: 31.03 g; Tłuszcz: 66.25 g; Węglowodany ogółem: 292.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.37 g; Sód: 2263.70 mg; Potas: 4428.74 mg; Wapń: 766.66 mg; Fosfor: 1498.67 mg; Błonnik pokarmowy: 23.01 g; suma cukrów prostych: 41.98 g; Woda: 1388.30 g; Popiół: 17.79 g;		
poniedziałek 2026-08-24 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Pomidor 50g , Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szyńka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Sok NFC 200ml 1szt , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Jajko gotowane 0.5szt (JAJA), Salata 10g ,	Zupa botwinka z ziemniakami 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pieczeń rzymska drobiowa 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki 60g , Salata z sosem vinegrette 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Sos koperkowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Maślanka naturalna 330ml 1szt ,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 10g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1044.50 kcal; Energia: 4376.50 kJ; Białko ogółem: 50.27 g; białko zwierzęce: 37.61 g; białko roślinne: 12.54 g; Tłuszcz: 39.68 g; Węglowodany ogółem: 135.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.42 g; Sód: 1262.10 mg; Potas: 2616.28 mg; Wapń: 627.91 mg; Fosfor: 950.91 mg; Błonnik pokarmowy: 14.08 g; suma cukrów prostych: 37.65 g; Woda: 976.33 g; Popiół: 10.61 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-08-24 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Pomidor 50g , Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szyunka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Sok NFC 200ml 1szt , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Sałata 10g ,	Zupa botwinka z ziemniakami 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pieczeń rzymska drobiowa 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki 100g , Sałata z sosem vinegrette 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Sos koperkowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Maślanka naturalna 330ml 1szt ,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 30g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1535.96 kcal; Energia: 6435.07 kJ; Białko ogółem: 74.36 g; białko zwierzęce: 52.58 g; białko roślinne: 21.43 g; Tłuszcz: 51.56 g; Węglowodany ogółem: 213.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.29 g; Sód: 2064.95 mg; Potas: 3374.72 mg; Wapń: 744.72 mg; Fosfor: 1372.99 mg; Błonnik pokarmowy: 21.56 g; suma cukrów prostych: 41.29 g; Woda: 1155.11 g; Popiół: 14.77 g;		
poniedziałek 2026-08-24 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Pomidor 50g , Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szyunka z indyka 30g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Sok NFC 200ml 1szt , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Sałata 10g ,	Zupa botwinka z ziemniakami 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pieczeń rzymska drobiowa 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki 230g , Sałata z sosem vinegrette 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Maślanka naturalna 330ml 1szt ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 30g (SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1973.00 kcal; Energia: 8262.47 kJ; Białko ogółem: 89.81 g; białko zwierzęce: 59.75 g; białko roślinne: 29.47 g; Tłuszcz: 63.65 g; Węglowodany ogółem: 286.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.48 g; Sód: 2757.47 mg; Potas: 4719.18 mg; Wapń: 817.00 mg; Fosfor: 1668.13 mg; Błonnik pokarmowy: 28.36 g; suma cukrów prostych: 44.58 g; Woda: 1421.04 g; Popiół: 19.73 g;		
wtorek 2026-08-25 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Ser mozzarella light (kulka) 10g , Papryka 50g , Kakao 300ml (MLEKO), Szyunka dębowa drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA), Sałata 10g ,	Zupa minestrone z makaronem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udko z kurczaka b/k duszone 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 60g , Bukiet jarzyn 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Polędwica sopocka 20g , Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta rybna z dorsza z koperkiem 10g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 1035.25 kcal; Energia: 4340.81 kJ; Białko ogółem: 55.21 g; białko zwierzęce: 40.24 g; białko roślinne: 13.07 g; Tłuszcz: 45.04 g; Węglowodany ogółem: 112.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.47 g; Sód: 1086.70 mg; Potas: 2192.83 mg; Wapń: 583.60 mg; Fosfor: 850.11 mg; Błonnik pokarmowy: 11.45 g; suma cukrów prostych: 27.48 g; Woda: 781.12 g; Popiół: 9.02 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-08-25 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Chleb razowy 30g , Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Ser mozzarella light (kulka) 30g , Papryka 50g , Kakao 300ml (MLEKO), Szynka dębowa drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA), Sałata 10g ,	Zupa minestrone z makaronem 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udko z kurczaka b/k duszone 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 100g , Bukiet jarzyn 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sos pieczeniowy jasny 60ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Polędwica sopocka 20g , Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta rybna z dorsza z koperkiem 30g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 1772.08 kcal; Energia: 7426.33 kJ; Białko ogółem: 92.11 g; białko zwierzęce: 59.89 g; białko roślinne: 26.52 g; Tłuszcz: 66.70 g; Węglowodany ogółem: 217.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.90 g; Sód: 1594.87 mg; Potas: 3136.65 mg; Wapń: 681.64 mg; Fosfor: 1283.65 mg; Błonnik pokarmowy: 18.65 g; suma cukrów prostych: 37.87 g; Woda: 977.23 g; Popiół: 13.92 g;		
wtorek 2026-08-25 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Chleb razowy 50g , Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Ser mozzarella light (kulka) 50g , Papryka 50g , Kakao 300ml (MLEKO), Szynka dębowa drobiowa 30g (., SELER, GORCZYCA), Sałata 10g ,	Zupa minestrone z makaronem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udko z kurczaka b/k duszone 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 230g , Bukiet jarzyn 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Polędwica sopocka 30g , Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta rybna z dorsza z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2194.31 kcal; Energia: 9193.28 kJ; Białko ogółem: 112.34 g; białko zwierzęce: 69.57 g; białko roślinne: 33.27 g; Tłuszcz: 81.51 g; Węglowodany ogółem: 272.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.69 g; Sód: 2255.45 mg; Potas: 4019.04 mg; Wapń: 722.37 mg; Fosfor: 1497.94 mg; Błonnik pokarmowy: 22.96 g; suma cukrów prostych: 39.53 g; Woda: 1135.62 g; Popiół: 17.41 g;		
wtorek 2026-08-25 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Ser mozzarella light (kulka) 10g , Pomidor 50g , Kakao 300ml (MLEKO), Szynka dębowa drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA), Sałata 10g ,	Zupa minestrone z makaronem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udko z kurczaka b/k duszone 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 60g , Bukiet jarzyn 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Polędwica sopocka 20g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta rybna z dorsza z koperkiem 10g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 1007.23 kcal; Energia: 4222.19 kJ; Białko ogółem: 54.70 g; białko zwierzęce: 40.57 g; białko roślinne: 12.23 g; Tłuszcz: 44.97 g; Węglowodany ogółem: 108.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.53 g; Sód: 1233.44 mg; Potas: 2305.62 mg; Wapń: 591.63 mg; Fosfor: 885.82 mg; Błonnik pokarmowy: 12.77 g; suma cukrów prostych: 28.23 g; Woda: 761.80 g; Popiół: 9.42 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-08-25		
Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Ser mozzarella light (kulka) 30g, Pomidor 50g, Kakao 300ml (MLEKO), Szynka dębowa drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA), Sałata 10g,	Zupa minestrone z makaronem 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udko z kurczaka b/k duszone 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 100g, Bukiet jarzyn 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml, Podwieczorek: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Polędwica sopocka 20g, Pomidor 50g, Herbata z cytryną 300ml, Pasta rybna z dorsza z koperkiem 30g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 1738.13 kcal; Energia: 7282.93 kJ; Białko ogółem: 91.48 g; białko zwierzęce: 60.22 g; białko roślinne: 25.56 g; Tłuszcz: 66.42 g; Węglowodany ogółem: 211.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.95 g; Sód: 1702.72 mg; Potas: 3247.91 mg; Wapń: 689.39 mg; Fosfor: 1318.52 mg; Błonnik pokarmowy: 19.94 g; suma cukrów prostych: 38.61 g; Woda: 957.65 g; Popiół: 14.22 g;		
wtorek 2026-08-25		
Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Ser mozzarella light (kulka) 50g, Pomidor 50g, Kakao 300ml (MLEKO), Szynka dębowa drobiowa 30g (., SELER, GORCZYCA), Sałata 10g,	Zupa minestrone z makaronem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udko z kurczaka b/k duszone 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 230g, Bukiet jarzyn 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml, Podwieczorek: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Polędwica sopocka 30g, Pomidor 50g, Herbata z cytryną 300ml, Pasta rybna z dorsza z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2155.69 kcal; Energia: 9030.83 kJ; Białko ogółem: 111.78 g; białko zwierzęce: 70.12 g; białko roślinne: 32.15 g; Tłuszcz: 81.52 g; Węglowodany ogółem: 266.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.82 g; Sód: 2500.98 mg; Potas: 4180.43 mg; Wapń: 742.39 mg; Fosfor: 1567.45 mg; Błonnik pokarmowy: 25.44 g; suma cukrów prostych: 40.80 g; Woda: 1122.90 g; Popiół: 18.23 g;		
środa 2026-08-26		
Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Chleb razowy 30g, Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z piersi kurczaka 20g, Pomidor 50g, Arbuz 150g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Serek śmietankowy w plastarch naturalny 10g, Sałata 10g,	Zupa jarzynowa z soczewicą i ziemniakami 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Gulasz drobiowy 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kasza jęczmienna gotowana 60g (GLUTEN), Surówka z młodej kapusty 60g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml, Podwieczorek: Serek wiejski 1 szt. 1szt (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJA), Rzodkiewka 50g, Herbata z cytryną 300ml, Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1382.28 kcal; Energia: 5734.82 kJ; Białko ogółem: 65.26 g; białko zwierzęce: 45.91 g; białko roślinne: 19.36 g; Tłuszcz: 50.95 g; Węglowodany ogółem: 180.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.02 g; Sód: 1325.75 mg; Potas: 2444.78 mg; Wapń: 785.06 mg; Fosfor: 1163.18 mg; Błonnik pokarmowy: 16.38 g; suma cukrów prostych: 43.70 g; Woda: 1043.95 g; Popiół: 10.75 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-08-26 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Chleb razowy 80g, Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z piersi kurczaka 20g, Pomidor 50g, Arbus 150g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Serek śmietankowy w plastarch naturalny 30g, Salata 10g,	Zupa jarzynowa z soczewicą i ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Gulasz drobiowy 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kasza jęczmienna gotowana 90g (GLUTEN), Surówka z młodej kapusty 100g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml, Podwieczorek: Serek wiejski 1 szt. 1szt (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJA), Rzodkiewka 50g, Herbata z cytryną 300ml, Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1915.87 kcal; Energia: 7929.68 kJ; Białko ogółem: 84.15 g; białko zwierzęce: 53.58 g; białko roślinne: 30.57 g; Tłuszcz: 64.13 g; Węglowodany ogółem: 269.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.02 g; Sód: 1657.50 mg; Potas: 2961.56 mg; Wapń: 835.43 mg; Fosfor: 1423.11 mg; Błonnik pokarmowy: 23.19 g; suma cukrów prostych: 45.62 g; Woda: 1127.58 g; Popiół: 13.06 g;		
środa 2026-08-26 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Chleb razowy 100g, Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szynka z piersi kurczaka 30g, Pomidor 50g, Arbus 150g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Serek śmietankowy w plastarch naturalny 50g, Salata 10g,	Zupa jarzynowa z soczewicą i ziemniakami 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Gulasz drobiowy 150g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kasza jęczmienna gotowana 130g (GLUTEN), Surówka z młodej kapusty 120g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml, Podwieczorek: Serek wiejski 1 szt. 1szt (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Rzodkiewka 50g, Herbata z cytryną 300ml, Kurczak gotowany 30g (SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 2444.03 kcal; Energia: 10119.43 kJ; Białko ogółem: 106.38 g; białko zwierzęce: 68.35 g; białko roślinne: 38.03 g; Tłuszcz: 87.98 g; Węglowodany ogółem: 330.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.58 g; Sód: 1968.81 mg; Potas: 3519.82 mg; Wapń: 889.51 mg; Fosfor: 1762.33 mg; Błonnik pokarmowy: 28.25 g; suma cukrów prostych: 46.77 g; Woda: 1250.07 g; Popiół: 15.50 g;		
środa 2026-08-26 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z piersi kurczaka 20g, Pomidor 50g, Arbus 150g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Serek śmietankowy w plastarch naturalny 10g, Salata 10g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Gulasz drobiowy 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kasza jęczmienna gotowana 60g (GLUTEN), Seler duszony 60g (SELER), Kompot owocowy 300ml, Podwieczorek: Serek wiejski 1 szt. 1szt (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Herbata z cytryną 300ml, Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJA), Pomidor 50g,
Wartości odżywcze: Energia: 1321.46 kcal; Energia: 5540.95 kJ; Białko ogółem: 61.71 g; białko zwierzęce: 46.24 g; białko roślinne: 15.48 g; Tłuszcz: 51.35 g; Węglowodany ogółem: 170.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.13 g; Sód: 1709.01 mg; Potas: 2611.36 mg; Wapń: 810.19 mg; Fosfor: 1216.39 mg; Błonnik pokarmowy: 18.00 g; suma cukrów prostych: 45.12 g; Woda: 1126.27 g; Popiół: 12.15 g;		
środa 2026-08-26 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z piersi kurczaka 20g, Pomidor 50g, Arbus 150g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Serek śmietankowy w plastarch naturalny 30g, Salata 10g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Gulasz drobiowy 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kasza jęczmienna gotowana 90g (GLUTEN), Seler duszony 100g (SELER), Kompot owocowy 300ml, Podwieczorek: Serek wiejski 1 szt. 1szt (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Herbata z cytryną 300ml, Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJA), Pomidor 50g,
Wartości odżywcze: Energia: 1866.91 kcal; Energia: 7823.04 kJ; Białko ogółem: 79.75 g; białko zwierzęce: 54.46 g; białko roślinne: 25.28 g; Tłuszcz: 67.38 g; Węglowodany ogółem: 259.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.04 g; Sód: 2311.36 mg; Potas: 3317.93 mg; Wapń: 899.71 mg; Fosfor: 1515.49 mg; Błonnik pokarmowy: 25.01 g; suma cukrów prostych: 55.47 g; Woda: 1247.08 g; Popiół: 15.80 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-08-26 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szynka z piersi kurczaka 30g, Pomidor 50g, Arbus 150g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Serek śmietankowy w plastarch naturalny 50g, Salata 10g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Gulasz drobiowy 150g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kasza jęczmienna gotowana 130g (GLUTEN), Seler duszony 200g (SELER), Kompot owocowy 300ml, Podwieczorek: Serek wiejski 1 szt. 1szt (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Herbata z cytryną 300ml, Kurczak gotowany 30g (SELER, GORCZYCA), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Pomidor 50g,
Wartości odżywcze: Energia: 2475.37 kcal; Energia: 10367.45 kJ; Białko ogółem: 102.50 g; białko zwierzęce: 69.45 g; białko roślinne: 33.05 g; Tłuszcz: 98.03 g; Węglowodany ogółem: 326.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.72 g; Sód: 3044.94 mg; Potas: 4193.32 mg; Wapń: 999.93 mg; Fosfor: 1891.59 mg; Błonnik pokarmowy: 32.32 g; suma cukrów prostych: 65.44 g; Woda: 1466.56 g; Popiół: 20.17 g;		
czwartek 2026-08-27 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Chleb razowy 30g, Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Twarożek 30g (MLEKO, LAKTOZA), Dżem 25g 1szt, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Arbus 200g,	Zupa kalafiorowa z kaszą manną 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Bitka wieprzowa ze schabu 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 60g, Fasolka szparagowa parowana 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml, Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Jogurt wegański 1szt,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pierś delikatna z kurnej półki 20g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Ogórek kiszony 50g, Herbata z cytryną 300ml, Pasta z groszku zielonego 10g (GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM),
Wartości odżywcze: Energia: 1064.92 kcal; Energia: 4463.63 kJ; Białko ogółem: 47.73 g; białko zwierzęce: 34.11 g; białko roślinne: 13.62 g; Tłuszcz: 37.58 g; Węglowodany ogółem: 143.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.23 g; Sód: 1300.39 mg; Potas: 2104.23 mg; Wapń: 688.88 mg; Fosfor: 801.46 mg; Błonnik pokarmowy: 11.39 g; suma cukrów prostych: 44.24 g; Woda: 989.67 g; Popiół: 10.04 g;		
czwartek 2026-08-27 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Chleb razowy 30g, Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Twarożek 30g (MLEKO, LAKTOZA), Dżem 25g 1szt, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Arbus 200g,	Zupa kalafiorowa z kaszą manną 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 100g, Fasolka szparagowa parowana 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml, Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Jogurt wegański 1szt,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pierś delikatna z kurnej półki 20g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Ogórek kiszony 50g, Herbata z cytryną 300ml, Pasta z groszku zielonego 30g (GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM),
Wartości odżywcze: Energia: 1707.28 kcal; Energia: 7151.17 kJ; Białko ogółem: 71.44 g; białko zwierzęce: 43.18 g; białko roślinne: 28.26 g; Tłuszcz: 53.17 g; Węglowodany ogółem: 252.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.84 g; Sód: 1691.93 mg; Potas: 2839.72 mg; Wapń: 788.74 mg; Fosfor: 1117.24 mg; Błonnik pokarmowy: 19.76 g; suma cukrów prostych: 54.85 g; Woda: 1152.04 g; Popiół: 14.13 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-08-27 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Chleb razowy 50g , Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Twarożek 50g (MLEKO, LAKTOZA), Dżem 25g 1szt , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Arbuz 200g ,	Zupa kalafiorowa z kaszą manną 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 230g , Fasolka szparagowa parowana 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Jogurt wegański 1szt ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Pierś delikatna z kurnej półki 30g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Ogórek kiszony 50g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta z groszku zielonego 50g (GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM),
Wartości odżywcze: Energia: 2117.70 kcal; Energia: 8867.37 kJ; Białko ogółem: 85.38 g; białko zwierzęce: 49.14 g; białko roślinne: 36.24 g; Tłuszcz: 68.42 g; Węglowodany ogółem: 311.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.59 g; Sód: 2342.66 mg; Potas: 3663.53 mg; Wapń: 846.25 mg; Fosfor: 1329.48 mg; Błonnik pokarmowy: 25.21 g; suma cukrów prostych: 57.35 g; Woda: 1331.66 g; Popiół: 17.79 g;		
czwartek 2026-08-27 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Twarożek 30g (MLEKO, LAKTOZA), Dżem 25g 1szt , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Arbuz 200g ,	Zupa kalafiorowa z kaszą manną 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Bitka wieprzowa ze schabu 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 60g , Fasolka szparagowa parowana 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Jogurt wegański 1szt ,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pierś delikatna z kurnej półki 20g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta z groszku zielonego 10g (GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM),
Wartości odżywcze: Energia: 1101.12 kcal; Energia: 4616.78 kJ; Białko ogółem: 49.12 g; białko zwierzęce: 34.66 g; białko roślinne: 14.46 g; Tłuszcz: 38.10 g; Węglowodany ogółem: 154.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.41 g; Sód: 1200.75 mg; Potas: 2326.63 mg; Wapń: 714.68 mg; Fosfor: 883.66 mg; Błonnik pokarmowy: 14.68 g; suma cukrów prostych: 45.59 g; Woda: 1009.23 g; Popiół: 10.36 g;		
czwartek 2026-08-27 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Twarożek 30g (MLEKO, LAKTOZA), Dżem 25g 1szt , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Arbuz 200g ,	Zupa kalafiorowa z kaszą manną 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 100g , Fasolka szparagowa parowana 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Jogurt wegański 1szt ,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pierś delikatna z kurnej półki 20g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta z groszku zielonego 30g (GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM),
Wartości odżywcze: Energia: 1743.48 kcal; Energia: 7304.32 kJ; Białko ogółem: 72.83 g; białko zwierzęce: 43.73 g; białko roślinne: 29.10 g; Tłuszcz: 53.69 g; Węglowodany ogółem: 262.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.02 g; Sód: 1592.30 mg; Potas: 3062.12 mg; Wapń: 814.54 mg; Fosfor: 1199.44 mg; Błonnik pokarmowy: 23.05 g; suma cukrów prostych: 56.20 g; Woda: 1171.60 g; Popiół: 14.45 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-08-27		
Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Twarożek 50g (MLEKO, LAKTOZA), Dżem 25g 1szt, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Arbuz 200g,	Zupa kalafiorowa z kaszą manną 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 230g, Fasolka szparagowa parowana 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Jogurt wegański 1szt,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Pierś delikatna z kurnej półki 30g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Pomidor 50g, Herbata z cytryną 300ml, Pasta z groszku zielonego 50g (GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM),
Wartości odżywcze: Energia: 2093.70 kcal; Energia: 8768.88 kJ; Białko ogółem: 85.21 g; białko zwierzęce: 49.69 g; białko roślinne: 35.52 g; Tłuszcz: 68.68 g; Węglowodany ogółem: 309.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.77 g; Sód: 2242.43 mg; Potas: 3885.93 mg; Wapń: 872.05 mg; Fosfor: 1411.68 mg; Błonnik pokarmowy: 28.50 g; suma cukrów prostych: 58.71 g; Woda: 1351.22 g; Popiół: 18.11 g;		
piątek 2026-08-28		
Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Chleb razowy 30g, Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Schab ze spiżarni 20g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Jogurt owocowy 100g 1szt, Pomidor 50g, Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Morszczuk parowany 90g (GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sałatka z pomidora 60g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml, Ziemniaki gotowane 60g, Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z koperkiem 10g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ogórek zielony 50g, Herbata z cytryną 300ml, Szynka dębową drobiowa 20g („ SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1108.50 kcal; Energia: 4644.16 kJ; Białko ogółem: 52.73 g; białko zwierzęce: 41.61 g; białko roślinne: 11.12 g; Tłuszcz: 54.37 g; Węglowodany ogółem: 112.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.25 g; Sód: 1155.07 mg; Potas: 2013.84 mg; Wapń: 595.50 mg; Fosfor: 879.63 mg; Błonnik pokarmowy: 10.13 g; suma cukrów prostych: 25.44 g; Woda: 788.34 g; Popiół: 8.79 g;		
piątek 2026-08-28		
Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Chleb razowy 80g, Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Schab ze spiżarni 20g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJA), Jogurt owocowy 100g 1szt, Pomidor 50g, Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Morszczuk parowany 90g (GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sałatka z pomidora 100g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml, Ziemniaki gotowane 100g, Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z koperkiem 30g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ogórek zielony 50g, Herbata z cytryną 300ml, Szynka dębową drobiowa 20g („ SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1434.13 kcal; Energia: 6006.83 kJ; Białko ogółem: 59.44 g; białko zwierzęce: 39.59 g; białko roślinne: 19.86 g; Tłuszcz: 56.31 g; Węglowodany ogółem: 185.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.62 g; Sód: 1512.83 mg; Potas: 2465.51 mg; Wapń: 637.50 mg; Fosfor: 956.97 mg; Błonnik pokarmowy: 14.69 g; suma cukrów prostych: 27.71 g; Woda: 865.58 g; Popiół: 10.77 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-08-28		
Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Chleb razowy 100g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Schab ze spiżarni 30g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Jogurt owocowy 100g 1szt , Pomidor 50g , Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g ,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Morszczuk parowany 90g (GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sałatka z pomidora 120g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 250g , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka dębową drobiowa 30g (., SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1868.52 kcal; Energia: 7823.89 kJ; Białko ogółem: 77.20 g; białko zwierzęce: 50.60 g; białko roślinne: 26.61 g; Tłuszcz: 71.23 g; Węglowodany ogółem: 245.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.85 g; Sód: 2316.63 mg; Potas: 3436.12 mg; Wapń: 704.95 mg; Fosfor: 1236.64 mg; Błonnik pokarmowy: 19.02 g; suma cukrów prostych: 29.77 g; Woda: 1083.40 g; Popiół: 14.85 g;		
piątek 2026-08-28		
Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Schab ze spiżarni 20g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Jogurt owocowy 100g 1szt , Pomidor 50g , Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g ,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Morszczuk parowany 50g (GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sałatka z pomidora bez skórki 60g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 60g , Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z koperkiem 10g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka dębową drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1091.10 kcal; Energia: 4571.07 kJ; Białko ogółem: 52.61 g; białko zwierzęce: 41.94 g; białko roślinne: 10.67 g; Tłuszcz: 54.53 g; Węglowodany ogółem: 109.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.35 g; Sód: 1299.53 mg; Potas: 2145.78 mg; Wapń: 607.32 mg; Fosfor: 924.75 mg; Błonnik pokarmowy: 12.13 g; suma cukrów prostych: 26.19 g; Woda: 779.00 g; Popiół: 9.32 g;		
piątek 2026-08-28		
Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Schab ze spiżarni 20g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJA), Jogurt owocowy 100g 1szt , Pomidor 50g , Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g ,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Morszczuk parowany 90g (GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sałatka z pomidora bez skórki 100g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 100g , Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z koperkiem 30g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka dębową drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1390.27 kcal; Energia: 5824.36 kJ; Białko ogółem: 59.17 g; białko zwierzęce: 40.47 g; białko roślinne: 18.71 g; Tłuszcz: 56.67 g; Węglowodany ogółem: 179.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.89 g; Sód: 1904.29 mg; Potas: 2719.40 mg; Wapń: 679.39 mg; Fosfor: 1086.64 mg; Błonnik pokarmowy: 19.61 g; suma cukrów prostych: 29.77 g; Woda: 872.87 g; Popiół: 12.35 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-08-28 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Schab ze spiżarni 30g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Jogurt owocowy 100g 1szt, Pomidor 50g, Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Morszczuk parowany 90g (GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sałatka z pomidora bez skórki 120g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml, Ziemniaki gotowane 250g, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g, Herbata z cytryną 300ml, Szynka dębowa drobiowa 30g (., SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1814.07 kcal; Energia: 7597.58 kJ; Białko ogółem: 76.87 g; białko zwierzęce: 51.70 g; białko roślinne: 25.18 g; Tłuszcz: 71.66 g; Węglowodany ogółem: 239.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.19 g; Sód: 2806.90 mg; Potas: 3738.61 mg; Wapń: 758.84 mg; Fosfor: 1400.11 mg; Błonnik pokarmowy: 25.09 g; suma cukrów prostych: 32.35 g; Woda: 1097.29 g; Popiół: 16.85 g;		
sobota 2026-08-29 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Zupa mleczna z kaszą manną 200ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 30g, Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Jabłko 150g, Papryka 50g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Serek wiejski 10g (MLEKO, LAKTOZA), Sałata 10g,	Zupa selerowa z ryżem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Zraz z indyka duszony 50g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Ziemniaki gotowane 60g, Mizeria z ogórka zielonego z jogurtem naturalnym 60g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml, Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Smalec z fasoli z jabłkiem i cebulką 10g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g, Herbata z cytryną 300ml, Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1166.69 kcal; Energia: 4892.33 kJ; Białko ogółem: 50.06 g; białko zwierzęce: 35.04 g; białko roślinne: 13.42 g; Tłuszcz: 35.61 g; Węglowodany ogółem: 175.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.76 g; Sód: 1423.03 mg; Potas: 2388.05 mg; Wapń: 700.75 mg; Fosfor: 892.91 mg; Błonnik pokarmowy: 16.74 g; suma cukrów prostych: 42.22 g; Woda: 1063.39 g; Popiół: 11.01 g;		
sobota 2026-08-29 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Zupa mleczna z kaszą manną 200ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 30g, Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Jabłko 150g, Papryka 50g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Serek wiejski 30g (MLEKO, LAKTOZA), Sałata 10g,	Zupa selerowa z ryżem 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Zraz z indyka duszony 90g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Ziemniaki gotowane 100g, Mizeria z ogórka zielonego z jogurtem naturalnym 100g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml, Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Smalec z fasoli z jabłkiem i cebulką 30g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g, Herbata z cytryną 300ml, Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1607.51 kcal; Energia: 6739.65 kJ; Białko ogółem: 69.91 g; białko zwierzęce: 45.15 g; białko roślinne: 23.15 g; Tłuszcz: 43.11 g; Węglowodany ogółem: 253.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.80 g; Sód: 2566.07 mg; Potas: 3074.72 mg; Wapń: 796.69 mg; Fosfor: 1235.09 mg; Błonnik pokarmowy: 22.45 g; suma cukrów prostych: 46.38 g; Woda: 1258.77 g; Popiół: 15.83 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-08-29 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Zupa mleczna z kaszą manną 200ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 50g , Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 30g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Jabłko 150g , Papryka 50g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA), Salata 10g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Zraz z indyka duszony 90g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Ziemniaki gotowane 230g , Mizeria z ogórka zielonego z jogurtem naturalnym 120g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Smalec z fasoli z jabłkiem i cebulką 50g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 30g (SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1966.07 kcal; Energia: 8238.95 kJ; Białko ogółem: 83.46 g; białko zwierzęce: 52.57 g; białko roślinne: 29.29 g; Tłuszcz: 54.22 g; Węglowodany ogółem: 307.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.19 g; Sód: 3300.82 mg; Potas: 3883.04 mg; Wapń: 848.94 mg; Fosfor: 1446.54 mg; Błonnik pokarmowy: 26.35 g; suma cukrów prostych: 48.89 g; Woda: 1449.49 g; Popiół: 19.58 g;		
sobota 2026-08-29 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Zupa mleczna z kaszą manną 200ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Jabłko pieczone 145g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pomidor 50g , Serek wiejski 10g (MLEKO, LAKTOZA), Salata 10g ,	Zupa selerowa z ryżem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Zraz z indyka duszony 50g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Ziemniaki gotowane 60g , Mizeria z ogórka zielonego z jogurtem naturalnym 60g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 10g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1196.11 kcal; Energia: 5015.33 kJ; Białko ogółem: 52.26 g; białko zwierzęce: 36.86 g; białko roślinne: 13.81 g; Tłuszcz: 36.60 g; Węglowodany ogółem: 180.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.51 g; Sód: 1655.59 mg; Potas: 2479.76 mg; Wapń: 735.53 mg; Fosfor: 980.34 mg; Błonnik pokarmowy: 18.62 g; suma cukrów prostych: 43.21 g; Woda: 1062.60 g; Popiół: 11.88 g;		
sobota 2026-08-29 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Zupa mleczna z kaszą manną 200ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Jabłko pieczone 145g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pomidor 50g , Serek wiejski 30g (MLEKO, LAKTOZA), Salata 10g ,	Zupa selerowa z ryżem 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Zraz z indyka duszony 90g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Ziemniaki gotowane 100g , Marchewka gotowana 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 30g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1663.65 kcal; Energia: 6972.80 kJ; Białko ogółem: 72.81 g; białko zwierzęce: 48.72 g; białko roślinne: 22.50 g; Tłuszcz: 50.24 g; Węglowodany ogółem: 252.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.96 g; Sód: 2464.57 mg; Potas: 3242.35 mg; Wapń: 832.91 mg; Fosfor: 1305.34 mg; Błonnik pokarmowy: 26.36 g; suma cukrów prostych: 48.46 g; Woda: 1250.86 g; Popiół: 15.41 g;		
sobota 2026-08-29 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Zupa mleczna z kaszą manną 200ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 30g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Jabłko pieczone 145g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pomidor 50g , Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA), Salata 10g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Zraz z indyka duszony 90g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Ziemniaki gotowane 230g , Marchewka gotowana 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 30g (SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 2047.62 kcal; Energia: 8578.67 kJ; Białko ogółem: 88.73 g; białko zwierzęce: 58.78 g; białko roślinne: 28.35 g; Tłuszcz: 64.04 g; Węglowodany ogółem: 307.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.72 g; Sód: 3223.95 mg; Potas: 4138.50 mg; Wapń: 914.59 mg; Fosfor: 1575.80 mg; Błonnik pokarmowy: 32.00 g; suma cukrów prostych: 52.05 g; Woda: 1456.42 g; Popiół: 19.41 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-08-30 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Ogórek zielony 50g , Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Parówka drobiowa min. 75% 60g , Kakao 200ml (MLEKO), Szynka drobiowa 20g , Morele 150g ,	Rosół z makaronem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka pieczona 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kasza jęczmienna gotowana 60g (GLUTEN), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 60g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Jogurt owocowy b/c szt 1g ,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Serek włoski 10g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 1270.99 kcal; Energia: 5322.94 kJ; Białko ogółem: 54.50 g; białko zwierzęce: 34.34 g; białko roślinne: 15.85 g; Tłuszcz: 51.39 g; Węglowodany ogółem: 159.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.08 g; Sód: 1065.46 mg; Potas: 2021.18 mg; Wapń: 436.06 mg; Fosfor: 773.15 mg; Błonnik pokarmowy: 18.20 g; suma cukrów prostych: 25.63 g; Woda: 733.44 g; Popiół: 8.94 g;		
niedziela 2026-08-30 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Ogórek zielony 50g , Chleb razowy 30g , Morele 150g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Parówka drobiowa min. 75% 60g , Szynka drobiowa 20g , Kakao 200ml (MLEKO),	Rosół z makaronem 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka pieczona 90g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kasza jęczmienna gotowana 90g (GLUTEN), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 100g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Jogurt owocowy b/c szt 1g ,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Serek włoski 30g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 1628.16 kcal; Energia: 6817.17 kJ; Białko ogółem: 73.99 g; białko zwierzęce: 47.41 g; białko roślinne: 22.29 g; Tłuszcz: 59.32 g; Węglowodany ogółem: 216.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.41 g; Sód: 1403.73 mg; Potas: 2523.32 mg; Wapń: 518.95 mg; Fosfor: 1089.42 mg; Błonnik pokarmowy: 24.56 g; suma cukrów prostych: 28.31 g; Woda: 862.54 g; Popiół: 11.52 g;		
niedziela 2026-08-30 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Ogórek zielony 50g , Chleb razowy 50g , Morele 150g , Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Parówka drobiowa min. 75% 60g , Szynka drobiowa 30g , Kakao 200ml (MLEKO), Ketchup 17g 1szt ,	Rosół z makaronem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka pieczona 90g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kasza jęczmienna gotowana 130g (GLUTEN), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 120g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Jogurt owocowy b/c szt 1g ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 30g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Serek włoski 50g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2065.11 kcal; Energia: 8647.31 kJ; Białko ogółem: 88.92 g; białko zwierzęce: 55.17 g; białko roślinne: 29.12 g; Tłuszcz: 72.55 g; Węglowodany ogółem: 284.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.88 g; Sód: 1720.36 mg; Potas: 2825.45 mg; Wapń: 575.58 mg; Fosfor: 1294.59 mg; Błonnik pokarmowy: 29.31 g; suma cukrów prostych: 30.14 g; Woda: 939.16 g; Popiół: 13.49 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-08-30 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Pomidor 50g , Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Parówka drobiowa min. 75% 60g , Kakao 200ml (MLEKO), Szynka drobiowa 20g , Morele 150g ,	Rosół z makaronem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka duszona 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kasza jaglana gotowana 60g , Dynia duszona 60g , Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Jogurt owocowy b/c szt 1g ,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Serek włoski 10g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 1299.15 kcal; Energia: 5441.76 kJ; Białko ogółem: 56.37 g; białko zwierzęce: 34.59 g; białko roślinne: 17.48 g; Tłuszcz: 55.25 g; Węglowodany ogółem: 156.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.99 g; Sód: 1164.67 mg; Potas: 2160.83 mg; Wapń: 450.27 mg; Fosfor: 836.99 mg; Błonnik pokarmowy: 18.41 g; suma cukrów prostych: 26.83 g; Woda: 707.62 g; Popiół: 9.28 g;		
niedziela 2026-08-30 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Pomidor 50g , Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Morele 150g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka drobiowa 20g , Parówka drobiowa min. 75% 60g , Kakao 200ml (MLEKO),	Pierś z kurczaka duszona 90g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kasza jaglana gotowana 90g , Dynia duszona 100g , Kompot owocowy 200ml , Rosół z makaronem 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Podwieczorek: Jogurt owocowy b/c szt 1g ,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Serek włoski 30g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 1623.61 kcal; Energia: 6799.79 kJ; Białko ogółem: 76.77 g; białko zwierzęce: 47.53 g; białko roślinne: 24.93 g; Tłuszcz: 58.74 g; Węglowodany ogółem: 213.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.61 g; Sód: 1472.03 mg; Potas: 2669.86 mg; Wapń: 534.37 mg; Fosfor: 1161.14 mg; Błonnik pokarmowy: 23.86 g; suma cukrów prostych: 29.81 g; Woda: 824.35 g; Popiół: 11.72 g;		
niedziela 2026-08-30 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Pomidor 50g , Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Morele 150g , Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szynka drobiowa 30g , Parówka drobiowa min. 75% 60g , Kakao 200ml (MLEKO), Ketchup 17g 1szt ,	Rosół z makaronem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka duszona 90g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kasza jaglana gotowana 130g , Dynia duszona 120g , Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Jogurt owocowy b/c szt 1g ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 30g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Serek włoski 50g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2056.43 kcal; Energia: 8613.85 kJ; Białko ogółem: 93.04 g; białko zwierzęce: 55.52 g; białko roślinne: 32.90 g; Tłuszcz: 72.01 g; Węglowodany ogółem: 279.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.21 g; Sód: 1872.14 mg; Potas: 3014.47 mg; Wapń: 601.51 mg; Fosfor: 1413.35 mg; Błonnik pokarmowy: 28.58 g; suma cukrów prostych: 32.21 g; Woda: 901.70 g; Popiół: 14.06 g;		
poniedziałek 2026-08-31 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Arbuz 150g , Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Ser mozzarella light (kulka) 10g , Papryka 60g , Kakao 200ml (MLEKO), Pierś delikatna z kurnej półki 20g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA),	Zupa brokułowa z kaszą manną 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Naleśniki z serem białym 2szt (MLEKO, RYBY), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Polędwica sopočka 20g , Ogórek zielony 60g , Herbata z cytryną 200ml , Pasta z tuńczyka koperkiem 10g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),
Wartości odżywcze: Energia: 1193.29 kcal; Energia: 5005.77 kJ; Białko ogółem: 53.46 g; białko zwierzęce: 36.99 g; białko roślinne: 12.97 g; Tłuszcz: 52.61 g; Węglowodany ogółem: 135.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.89 g; Sód: 621.13 mg; Potas: 1719.82 mg; Wapń: 549.54 mg; Fosfor: 678.65 mg; Błonnik pokarmowy: 11.51 g; suma cukrów prostych: 30.22 g; Woda: 841.85 g; Popiół: 7.46 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-08-31 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Arbuz 150g , Chleb razowy 30g , Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Ser mozzarella light (kulka) 30g , Pierś delikatna z kurnej półki 20g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Papryka 50g , Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa brokułowa z kaszą manną 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Naleśniki z serem białym 3szt (MLEKO, RYBY), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta z tuńczyka koperkiem 30g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Polędwica sopocka 20g , Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1908.10 kcal; Energia: 7998.31 kJ; Białko ogółem: 84.34 g; białko zwierzęce: 51.78 g; białko roślinne: 25.25 g; Tłuszcz: 74.31 g; Węglowodany ogółem: 238.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.06 g; Sód: 1032.91 mg; Potas: 2173.77 mg; Wapń: 722.29 mg; Fosfor: 1008.87 mg; Błonnik pokarmowy: 17.35 g; suma cukrów prostych: 44.45 g; Woda: 970.56 g; Popiół: 11.26 g;		
poniedziałek 2026-08-31 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Arbuz 150g , Chleb razowy 50g , Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Ser mozzarella light (kulka) 50g , Pierś delikatna z kurnej półki 25g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Papryka 50g , Kakao 200ml (MLEKO), Sałata 10g ,	Zupa brokułowa z kaszą manną 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Naleśniki z serem białym 4szt (MLEKO, RYBY), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Pasta z tuńczyka koperkiem 50g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Polędwica sopocka 25g , Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2372.98 kcal; Energia: 9944.08 kJ; Białko ogółem: 108.47 g; białko zwierzęce: 67.41 g; białko roślinne: 29.97 g; Tłuszcz: 98.54 g; Węglowodany ogółem: 278.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 52.95 g; Sód: 1347.80 mg; Potas: 2502.96 mg; Wapń: 851.17 mg; Fosfor: 1222.29 mg; Błonnik pokarmowy: 20.06 g; suma cukrów prostych: 49.70 g; Woda: 1102.44 g; Popiół: 13.41 g;		
poniedziałek 2026-08-31 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Arbuz 150g , Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pierś delikatna z kurnej półki 20g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Pomidor 60g , Kakao 200ml (MLEKO), Ser mozzarella 10g (MLEKO),	Zupa brokułowa z kaszą manną 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Naleśniki z serem białym 2szt (MLEKO, RYBY), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pomidor 60g , Herbata z cytryną 200ml , Pasta z tuńczyka koperkiem 10g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Polędwica sopocka 20g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1167.84 kcal; Energia: 4897.38 kJ; Białko ogółem: 52.67 g; białko zwierzęce: 39.02 g; białko roślinne: 12.06 g; Tłuszcz: 53.20 g; Węglowodany ogółem: 130.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.35 g; Sód: 877.57 mg; Potas: 1846.79 mg; Wapń: 605.57 mg; Fosfor: 747.36 mg; Błonnik pokarmowy: 12.75 g; suma cukrów prostych: 31.06 g; Woda: 822.77 g; Popiół: 8.34 g;		
poniedziałek 2026-08-31 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Arbuz 150g , Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Ser mozzarella light (kulka) 30g , Pierś delikatna z kurnej półki 20g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Pomidor 50g , Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa brokułowa z kaszą manną 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Naleśniki z serem białym 3szt (MLEKO, RYBY), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta z tuńczyka koperkiem 30g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Polędwica sopocka 20g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1880.08 kcal; Energia: 7879.69 kJ; Białko ogółem: 83.83 g; białko zwierzęce: 52.11 g; białko roślinne: 24.42 g; Tłuszcz: 74.24 g; Węglowodany ogółem: 234.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.13 g; Sód: 1179.64 mg; Potas: 2286.56 mg; Wapń: 730.31 mg; Fosfor: 1044.58 mg; Błonnik pokarmowy: 18.68 g; suma cukrów prostych: 45.20 g; Woda: 951.25 g; Popiół: 11.66 g;		
poniedziałek 2026-08-31 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Arbuz 150g , Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Ser mozzarella light (kulka) 50g , Pierś delikatna z kurnej półki 30g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Pomidor 50g , Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa brokułowa z kaszą manną 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Naleśniki z serem białym 4szt (MLEKO, RYBY), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Pasta z tuńczyka koperkiem 50g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Polędwica sopocka 30g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2345.10 kcal; Energia: 9826.62 kJ; Białko ogółem: 109.87 g; białko zwierzęce: 69.94 g; białko roślinne: 28.83 g; Tłuszcz: 98.86 g; Węglowodany ogółem: 272.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 53.09 g; Sód: 1641.65 mg; Potas: 2677.42 mg; Wapń: 870.41 mg; Fosfor: 1302.91 mg; Błonnik pokarmowy: 22.48 g; suma cukrów prostych: 50.98 g; Woda: 1088.86 g; Popiół: 14.34 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny

Dietetyk

.....