

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-09-11 Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb razowy 50g , Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Twarożek z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Salata 10g ,	Zupa minestrone z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Jajka w sosie koperkowym 2 szt./100ml 1Por (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 250g , Bukiet jarzyn 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Smalec z fasoli z jabłkiem i cebulką 60g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ogórek zielony 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka drobiowa gotowana 40g , Posiłek nocny: Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2067.64 kcal; Energia: 8671.78 kJ; Białko ogółem: 102.56 g; białko zwierzęce: 66.60 g; białko roślinne: 35.50 g; Tłuszcz: 67.07 g; Węglowodany ogółem: 287.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.05 g; Sód: 2858.15 mg; Potas: 4377.41 mg; Wapń: 1150.24 mg; Fosfor: 1770.77 mg; Błonnik pokarmowy: 27.36 g; suma cukrów prostych: 51.43 g; Woda: 1642.72 g; Popiół: 21.20 g;		
piątek 2026-09-11 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pomidor 100g , Twarożek z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Salata 10g ,	Zupa minestrone z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Jajka w sosie koperkowym 2 szt./100ml 1Por (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 250g , Bukiet jarzyn 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka drobiowa gotowana 40g , Posiłek nocny: Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2099.93 kcal; Energia: 8806.05 kJ; Białko ogółem: 108.51 g; białko zwierzęce: 73.50 g; białko roślinne: 34.56 g; Tłuszcz: 71.12 g; Węglowodany ogółem: 284.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.36 g; Sód: 2990.88 mg; Potas: 4659.90 mg; Wapń: 1213.55 mg; Fosfor: 1912.28 mg; Błonnik pokarmowy: 30.58 g; suma cukrów prostych: 53.40 g; Woda: 1645.04 g; Popiół: 22.01 g;		
piątek 2026-09-11 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb razowy 50g , Bułka grahamka 1szt (GLUTEN, JAJA, ŻYTO), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pomidor 100g , Twarożek z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Salata 10g ,	Zupa minestrone z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Jajka w sosie koperkowym 2 szt./100ml 1Por (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 180g , Bukiet jarzyn 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Smalec z fasoli z jabłkiem i cebulką 60g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ogórek zielony 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka drobiowa gotowana 40g , Posiłek nocny: Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2170.74 kcal; Energia: 9101.56 kJ; Białko ogółem: 106.33 g; białko zwierzęce: 65.50 g; białko roślinne: 40.37 g; Tłuszcz: 66.50 g; Węglowodany ogółem: 308.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.67 g; Sód: 2218.17 mg; Potas: 3936.31 mg; Wapń: 1095.33 mg; Fosfor: 1676.54 mg; Błonnik pokarmowy: 26.26 g; suma cukrów prostych: 49.98 g; Woda: 1557.75 g; Popiół: 18.68 g;		
piątek 2026-09-11 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Banan 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pomidor bez skórki 80g , Twarożek z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Salata 10g ,	Rosół z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso z udka kurczaka gotowane 90g , Ziemniaki gotowane 250g , Cukinia duszona 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor bez skórki 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka drobiowa gotowana 40g , Posiłek nocny: Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2048.46 kcal; Energia: 8583.74 kJ; Białko ogółem: 101.79 g; białko zwierzęce: 65.77 g; białko roślinne: 36.02 g; Tłuszcz: 46.89 g; Węglowodany ogółem: 325.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.14 g; Sód: 2820.58 mg; Potas: 5310.17 mg; Wapń: 1015.17 mg; Fosfor: 1665.27 mg; Błonnik pokarmowy: 24.94 g; suma cukrów prostych: 74.16 g; Woda: 1719.28 g; Popiół: 21.80 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-09-11 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIĄŁKOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z indyka 50g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Twarożek z koperkiem 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pomidor 100g , Salata 10g ,	Zupa minestrone z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Jajka w sosie koperkowym 2 szt./100ml 1Por (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 250g , Bukiet jarzyn 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 5g , Szynka drobiowa 30g ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka drobiowa gotowana 50g , Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2284.06 kcal; Energia: 9579.60 kJ; Białko ogółem: 126.66 g; białko zwierzęce: 90.55 g; białko roślinne: 35.59 g; Tłuszcz: 77.02 g; Węglowodany ogółem: 302.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.70 g; Sód: 3022.54 mg; Potas: 4825.73 mg; Wapń: 1284.06 mg; Fosfor: 2075.96 mg; Błonnik pokarmowy: 34.29 g; suma cukrów prostych: 55.47 g; Woda: 1680.99 g; Popiół: 22.81 g;		
piątek 2026-09-11 Dieta: GLIWICE DIETA PĄPKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi zmiksowana 250ml (MLEKO), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g , Twarożek z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Cukinia duszona puree 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA),	Zupa minestrone z makaronem zmiksowana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso z udka kurczaka gotowane mielone 90g , Ziemniaki gotowane puree 250g (MLEKO), BUKiet jarzyn puree 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Zupa minestrone z makaronem zmiksowana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 80g (MLEKO, LAKTOZA), Herbata z cytryną 300ml , Marchewka z groszkiem puree 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Posiłek nocny: Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 1842.20 kcal; Energia: 7718.77 kJ; Białko ogółem: 90.32 g; białko zwierzęce: 55.15 g; białko roślinne: 35.05 g; Tłuszcz: 53.94 g; Węglowodany ogółem: 271.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.60 g; Sód: 1928.04 mg; Potas: 4748.99 mg; Wapń: 1053.72 mg; Fosfor: 1594.62 mg; Błonnik pokarmowy: 25.66 g; suma cukrów prostych: 49.46 g; Woda: 1477.70 g; Popiół: 19.39 g;		
sobota 2026-09-12 Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Kakao 300ml (MLEKO), Sałatka jarzynowa 100g , Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Parówka drobiowa min. 75% 80g , Ketchup 17g 1szt , Ser mozzarella light (kulka) 40g , Salata 10g , Morele 150g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pieczeń rzymska drobiowa 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Sos szpinakowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kasza jęczmienna gotowana 150g (GLUTEN), Surówka colesław 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta rybna z łososia z koperkiem 40g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 40g , Posiłek nocny: Jogurt wegański 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2651.96 kcal; Energia: 11107.51 kJ; Białko ogółem: 106.87 g; białko zwierzęce: 58.15 g; białko roślinne: 40.35 g; Tłuszcz: 96.24 g; Węglowodany ogółem: 371.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.87 g; Sód: 1933.44 mg; Potas: 4113.15 mg; Wapń: 972.82 mg; Fosfor: 1645.85 mg; Błonnik pokarmowy: 36.88 g; suma cukrów prostych: 44.55 g; Woda: 1344.35 g; Popiół: 17.11 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-09-12 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Salatka jarzynowa 100g , Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Parówka drobiowa min. 75% 80g , Ketchup 17g 1szt , Kakao 300ml (MLEKO), Ser mozzarella light (kulka) 40g , Sałata 10g , Morele 150g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pieczeń rzymska drobiowa 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), 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 , Pasta twarogowa z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 40g , Posiłek nocny: Jogurt wegański 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2477.04 kcal; Energia: 10382.48 kJ; Białko ogółem: 100.25 g; białko zwierzęce: 54.49 g; białko roślinne: 37.39 g; Tłuszcz: 86.15 g; Węglowodany ogółem: 365.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.42 g; Sód: 2337.88 mg; Potas: 4174.26 mg; Wapń: 996.24 mg; Fosfor: 1724.75 mg; Błonnik pokarmowy: 43.06 g; suma cukrów prostych: 49.81 g; Woda: 1361.00 g; Popiół: 17.77 g;		
sobota 2026-09-12 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Salatka jarzynowa 100g , Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Parówka drobiowa min. 75% 80g , Ketchup 17g 1szt , Kakao 300ml (MLEKO), Ser mozzarella light (kulka) 40g , Sałata 10g , Morele 150g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pieczeń rzymska drobiowa 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Sos szpinakowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kasza jęczmienna gotowana 150g (GLUTEN), Surówka colesław 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta rybna z łososia z koperkiem 40g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 40g , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2726.96 kcal; Energia: 11417.69 kJ; Białko ogółem: 106.87 g; białko zwierzęce: 56.75 g; białko roślinne: 41.75 g; Tłuszcz: 95.74 g; Węglowodany ogółem: 384.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.49 g; Sód: 1435.44 mg; Potas: 3856.15 mg; Wapń: 900.82 mg; Fosfor: 1467.85 mg; Błonnik pokarmowy: 31.08 g; suma cukrów prostych: 47.85 g; Woda: 1305.95 g; Popiół: 14.91 g;		
sobota 2026-09-12 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Pomidor bez skóry 100g , Pasta z kurczaka i marchewki 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kakao 300ml (MLEKO), Szynka dębowa drobiowa 40g (., SELER, GORCZYCA), Sałata 10g , Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Banan 150g ,	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), Ziemniaki gotowane 200g , Marchew duszona 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Pasta twarogowa z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor bez skóry 100g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 40g , Posiłek nocny: Jogurt wegański 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2008.91 kcal; Energia: 8417.91 kJ; Białko ogółem: 92.64 g; białko zwierzęce: 59.23 g; białko roślinne: 33.41 g; Tłuszcz: 59.76 g; Węglowodany ogółem: 303.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.35 g; Sód: 2692.12 mg; Potas: 5499.48 mg; Wapń: 829.53 mg; Fosfor: 1503.53 mg; Błonnik pokarmowy: 30.80 g; suma cukrów prostych: 62.13 g; Woda: 1587.13 g; Popiół: 19.59 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-09-12		
Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIĄŁKOWA		
Salatka jarzynowa 100g , Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Parówka drobiowa min. 75% 80g , Ketchup 17g 1szt , Ser mozzarella light (kulka) 50g , Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g , Morele 150g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pieczeń rzymska drobiowa 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), 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 , Pasta twarogowa z koperkiem 60g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Polędwica premium 50g , Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Jogurt wegański 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2717.69 kcal; Energia: 11388.97 kJ; Białko ogółem: 112.75 g; białko zwierzęce: 60.99 g; białko roślinne: 41.49 g; Tłuszcz: 92.07 g; Węglowodany ogółem: 399.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.20 g; Sód: 2856.79 mg; Potas: 4425.49 mg; Wapń: 1126.27 mg; Fosfor: 1889.47 mg; Błonnik pokarmowy: 44.01 g; suma cukrów prostych: 55.37 g; Woda: 1485.73 g; Popiół: 19.98 g;		
sobota 2026-09-12		
Dieta: GLIWICE DIETA PĄPKOWATA		
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), Marchewka z groszkiem puree 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA),	Zupa selerowa z ziemniakami zmięszana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pieczeń rzymska drobiowa 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 selerowa z ziemniakami zmięszana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Herbata z cytryną 300ml , Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN), Posiłek nocny: Jogurt wegański 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 1971.11 kcal; Energia: 8261.99 kJ; Białko ogółem: 82.35 g; białko zwierzęce: 51.47 g; białko roślinne: 30.77 g; Tłuszcz: 74.94 g; Węglowodany ogółem: 270.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.66 g; Sód: 2406.76 mg; Potas: 5171.65 mg; Wapń: 1085.82 mg; Fosfor: 1618.46 mg; Błonnik pokarmowy: 30.23 g; suma cukrów prostych: 52.88 g; Woda: 1652.63 g; Popiół: 20.48 g;		
niedziela 2026-09-13		
Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Pomidor 100g , Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka piastowska 40g , Jajko gotowane 1szt (JAJA), Jogurt owocowy b/c szt 1g , 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 , Rzodkiewka 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Serek włoski 50g (MLEKO), Posiłek nocny: Serek homogenizowany waniliowy 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2217.21 kcal; Energia: 9297.12 kJ; Białko ogółem: 116.89 g; białko zwierzęce: 77.19 g; białko roślinne: 34.95 g; Tłuszcz: 68.54 g; Węglowodany ogółem: 304.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.76 g; Sód: 1829.90 mg; Potas: 4669.16 mg; Wapń: 823.92 mg; Fosfor: 1630.44 mg; Błonnik pokarmowy: 30.49 g; suma cukrów prostych: 43.40 g; Woda: 1439.27 g; Popiół: 18.24 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-09-13 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Pomidor 100g , Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka drobiowa gotowana 40g , Jajko gotowane 1szt (JAJA), Jogurt owocowy b/c szt 1g , 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 , Szpinak gotowany 200g (MLEKO), 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 50g (MLEKO), Posiłek nocny: Serek homogenizowany waniliowy 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2222.01 kcal; Energia: 9315.52 kJ; Białko ogółem: 130.04 g; białko zwierzęce: 92.03 g; białko roślinne: 33.26 g; Tłuszcz: 74.96 g; Węglowodany ogółem: 283.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.60 g; Sód: 2500.47 mg; Potas: 5102.85 mg; Wapń: 924.46 mg; Fosfor: 1948.72 mg; Błonnik pokarmowy: 34.60 g; suma cukrów prostych: 44.91 g; Woda: 1549.15 g; Popiół: 22.26 g;		
niedziela 2026-09-13 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Pomidor 100g , Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka piastowska 50g , Jajko gotowane 1szt (JAJA), Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, 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 , Rzodkiewka 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Serek włoski 50g (MLEKO), Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2284.78 kcal; Energia: 9576.84 kJ; Białko ogółem: 114.66 g; białko zwierzęce: 77.86 g; białko roślinne: 36.35 g; Tłuszcz: 74.10 g; Węglowodany ogółem: 306.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.59 g; Sód: 1401.90 mg; Potas: 4627.16 mg; Wapń: 934.92 mg; Fosfor: 1510.44 mg; Błonnik pokarmowy: 21.69 g; suma cukrów prostych: 41.40 g; Woda: 1494.97 g; Popiół: 17.04 g;		
niedziela 2026-09-13 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Pomidor bez skóry 100g , Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Jogurt owocowy b/c szt 1g , 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 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: Serek homogenizowany waniliowy 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2127.21 kcal; Energia: 8910.18 kJ; Białko ogółem: 127.87 g; białko zwierzęce: 88.43 g; białko roślinne: 35.14 g; Tłuszcz: 61.29 g; Węglowodany ogółem: 282.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.02 g; Sód: 2209.37 mg; Potas: 4974.45 mg; Wapń: 728.05 mg; Fosfor: 1738.26 mg; Błonnik pokarmowy: 25.90 g; suma cukrów prostych: 42.51 g; Woda: 1513.20 g; Popiół: 19.23 g;		
niedziela 2026-09-13 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA		
Pomidor 100g , Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka drobiowa gotowana 50g , Jajko gotowane 1szt (JAJA), Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN), 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 , Szpinak gotowany 200g (MLEKO), 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: Serek homogenizowany waniliowy 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2235.62 kcal; Energia: 9371.45 kJ; Białko ogółem: 131.61 g; białko zwierzęce: 97.91 g; białko roślinne: 33.26 g; Tłuszcz: 74.06 g; Węglowodany ogółem: 289.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.74 g; Sód: 2559.47 mg; Potas: 5288.85 mg; Wapń: 1082.46 mg; Fosfor: 2061.72 mg; Błonnik pokarmowy: 31.60 g; suma cukrów prostych: 56.41 g; Woda: 1630.25 g; Popiół: 23.16 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-09-13		
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 , Jogurt owocowy b/c szt 1g , 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 , Szpinak gotowany puree 200g (MLEKO), 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 sera włoskiego 50g (MLEKO), Posiłek nocny: Serek homogenizowany waniliowy 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2056.68 kcal; Energia: 8617.96 kJ; Białko ogółem: 98.25 g; białko zwierzęce: 59.29 g; białko roślinne: 34.21 g; Tłuszcz: 69.40 g; Węglowodany ogółem: 281.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.66 g; Sód: 1958.85 mg; Potas: 4409.55 mg; Wapń: 1064.81 mg; Fosfor: 1572.50 mg; Błonnik pokarmowy: 29.05 g; suma cukrów prostych: 56.50 g; Woda: 1524.44 g; Popiół: 20.27 g;		
poniedziałek 2026-09-14		
Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb razowy 50g , Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka drobiowa gotowana 40g , Papryka 100g , Kakao 300ml (MLEKO), Serek śmietankowy w plastarch naturalny 40g , Sałata 10g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 250g , Fasolka szparagowa parowana 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 40g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ogórek zielony 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2089.88 kcal; Energia: 8755.14 kJ; Białko ogółem: 100.75 g; białko zwierzęce: 61.33 g; białko roślinne: 34.10 g; Tłuszcz: 67.16 g; Węglowodany ogółem: 295.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.42 g; Sód: 2584.27 mg; Potas: 4598.53 mg; Wapń: 1136.11 mg; Fosfor: 1636.92 mg; Błonnik pokarmowy: 28.60 g; suma cukrów prostych: 55.85 g; Woda: 1546.29 g; Popiół: 20.39 g;		
poniedziałek 2026-09-14		
Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Serek śmietankowy w plastarch naturalny 40g , Pomidor 100g , Kakao 300ml (MLEKO), Szynka drobiowa gotowana 40g , Sałata 10g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 250g , Fasolka szparagowa parowana 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), 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 z suszonymi pomidorami 40g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2039.13 kcal; Energia: 8539.83 kJ; Białko ogółem: 99.77 g; białko zwierzęce: 61.88 g; białko roślinne: 32.57 g; Tłuszcz: 66.97 g; Węglowodany ogółem: 286.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.51 g; Sód: 2828.34 mg; Potas: 4799.82 mg; Wapń: 1146.16 mg; Fosfor: 1691.43 mg; Błonnik pokarmowy: 30.67 g; suma cukrów prostych: 57.09 g; Woda: 1504.35 g; Popiół: 20.98 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-09-14 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb razowy 50g , Masło śmietankowe 60% 15g , Serek śmietankowy w plastarch naturalny 40g , Papryka 100g , Kakao 300ml (MLEKO), Szynka drobiowa gotowana 40g , Sałata 10g , Bułka grahamka 1szt (GLUTEN, JAJA, ŻYTO),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 250g , Fasolka szparagowa parowana 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 40g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ogórek zielony 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2246.88 kcal; Energia: 9410.32 kJ; Białko ogółem: 105.85 g; białko zwierzęce: 60.23 g; białko roślinne: 40.30 g; Tłuszcz: 66.66 g; Węglowodany ogółem: 328.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.04 g; Sód: 2100.27 mg; Potas: 4467.53 mg; Wapń: 1084.11 mg; Fosfor: 1581.92 mg; Błonnik pokarmowy: 28.55 g; suma cukrów prostych: 54.75 g; Woda: 1516.49 g; Popiół: 18.89 g;		
poniedziałek 2026-09-14 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Baton pszenenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Szynka drobiowa gotowana 40g , Pomidor bez skórki 100g , Kakao 300ml (MLEKO), Serek śmietankowy w plastarch naturalny 40g , Sałata 10g ,	Rosółek z kaszą manną 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 , Seler duszony 200g (SELER), Kompot owocowy 300ml , Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Baton pszenenny 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 naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 1953.91 kcal; Energia: 8183.60 kJ; Białko ogółem: 99.62 g; białko zwierzęce: 59.20 g; białko roślinne: 36.03 g; Tłuszcz: 53.83 g; Węglowodany ogółem: 294.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.25 g; Sód: 3540.64 mg; Potas: 4583.39 mg; Wapń: 1048.53 mg; Fosfor: 1676.24 mg; Błonnik pokarmowy: 30.55 g; suma cukrów prostych: 55.96 g; Woda: 1534.79 g; Popiół: 22.55 g;		
poniedziałek 2026-09-14 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIĄŁKOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka drobiowa gotowana 40g , Serek śmietankowy w plastarch naturalny 40g , Pomidor 100g , Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 250g , Fasolka szparagowa parowana 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 5g , Szynka drobiowa 50g ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 40g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, 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: 2317.57 kcal; Energia: 9709.67 kJ; Białko ogółem: 115.20 g; białko zwierzęce: 72.12 g; białko roślinne: 37.69 g; Tłuszcz: 72.32 g; Węglowodany ogółem: 332.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.78 g; Sód: 3225.94 mg; Potas: 4994.22 mg; Wapń: 1194.16 mg; Fosfor: 1826.63 mg; Błonnik pokarmowy: 35.31 g; suma cukrów prostych: 59.17 g; Woda: 1530.75 g; Popiół: 22.66 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-09-14		
Dieta: GLIWICE DIETA PAKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi zmiksowana 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 jarzynowa z ziemniakami zmiksowana 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 , Seler duszony puree 200g (SELER), Kompot owocowy 300ml ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami zmiksowana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g , Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 60g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Herbata z cytryną 300ml , Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 1734.29 kcal; Energia: 7272.67 kJ; Białko ogółem: 74.41 g; białko zwierzęce: 43.54 g; białko roślinne: 29.93 g; Tłuszcz: 56.94 g; Węglowodany ogółem: 260.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.51 g; Sód: 3008.51 mg; Potas: 5338.38 mg; Wapń: 1070.57 mg; Fosfor: 1600.61 mg; Błonnik pokarmowy: 31.45 g; suma cukrów prostych: 57.68 g; Woda: 1675.08 g; Popiół: 23.07 g;		
wtorek 2026-09-15		
Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z komina 40g , Pomidor 100g , Nektarynka 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), Pasta jajeczna 50g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Salata 10g ,	Zupa brokułowa z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kotlet mielony drobiowy z pieca 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki gotowane 250g , Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 200g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Ser mozzarella light (kulka) 40g , Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany z kurnej półki 40g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, SEZAM), Posiłek nocny: Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2045.93 kcal; Energia: 8579.11 kJ; Białko ogółem: 92.27 g; białko zwierzęce: 44.87 g; białko roślinne: 31.45 g; Tłuszcz: 73.33 g; Węglowodany ogółem: 276.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.99 g; Sód: 2353.34 mg; Potas: 4214.20 mg; Wapń: 788.71 mg; Fosfor: 1355.24 mg; Błonnik pokarmowy: 26.31 g; suma cukrów prostych: 42.82 g; Woda: 1484.71 g; Popiół: 18.31 g;		
wtorek 2026-09-15		
Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z komina 40g , Pomidor 100g , Nektarynka 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), Pasta jajeczna 50g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Salata 10g ,	Zupa brokułowa z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kotlet mielony drobiowy z pieca 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki gotowane 250g , 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 , Kurczak gotowany z kurnej półki 40g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, SEZAM), Ser mozzarella light (kulka) 40g , Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 1946.32 kcal; Energia: 8164.70 kJ; Białko ogółem: 91.51 g; białko zwierzęce: 45.97 g; białko roślinne: 29.59 g; Tłuszcz: 68.99 g; Węglowodany ogółem: 266.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.89 g; Sód: 2688.21 mg; Potas: 4517.26 mg; Wapń: 770.11 mg; Fosfor: 1499.76 mg; Błonnik pokarmowy: 28.47 g; suma cukrów prostych: 44.54 g; Woda: 1473.53 g; Popiół: 18.95 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-09-15 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z komina 40g , Pomidor 100g , Nektarynka 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pasta jajeczna 50g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Salata 10g ,	Zupa brokułowa z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kotlet mielony drobiowy z pieca 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki gotowane 250g , Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 200g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Ser mozzarella light (kulka) 40g , Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany z kurnej półki 40g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, SEZAM), Posiłek nocny: Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2098.93 kcal; Energia: 8798.29 kJ; Białko ogółem: 92.57 g; białko zwierzęce: 43.77 g; białko roślinne: 32.85 g; Tłuszcz: 72.93 g; Węglowodany ogółem: 283.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.66 g; Sód: 1859.34 mg; Potas: 3971.20 mg; Wapń: 728.71 mg; Fosfor: 1186.24 mg; Błonnik pokarmowy: 20.51 g; suma cukrów prostych: 40.22 g; Woda: 1451.71 g; Popiół: 16.21 g;		
wtorek 2026-09-15 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Szynka 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), 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 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), Ser mozzarella light (kulka) 40g , Kurczak gotowany z kurnej półki 40g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, SEZAM), Pomidor bez skóry 100g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 1867.42 kcal; Energia: 7818.55 kJ; Białko ogółem: 98.21 g; białko zwierzęce: 50.78 g; białko roślinne: 31.93 g; Tłuszcz: 52.09 g; Węglowodany ogółem: 269.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.11 g; Sód: 2702.96 mg; Potas: 4579.50 mg; Wapń: 676.96 mg; Fosfor: 1387.77 mg; Błonnik pokarmowy: 22.54 g; suma cukrów prostych: 56.26 g; Woda: 1514.05 g; Popiół: 19.10 g;		
wtorek 2026-09-15 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA		
Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z komina 40g , Pasta jajeczna 90g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 100g , Nektarynka 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Salata 10g ,	Zupa brokułowa z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kotlet mielony drobiowy z pieca 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki gotowane 250g , Cukinia duszona 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Ser mozzarella light (kulka) 40g , Kurczak gotowany z kurnej półki 40g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, SEZAM), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2203.81 kcal; Energia: 9242.41 kJ; Białko ogółem: 110.79 g; białko zwierzęce: 65.24 g; białko roślinne: 29.60 g; Tłuszcz: 87.69 g; Węglowodany ogółem: 269.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.18 g; Sód: 2823.74 mg; Potas: 4706.24 mg; Wapń: 893.93 mg; Fosfor: 1749.91 mg; Błonnik pokarmowy: 28.48 g; suma cukrów prostych: 46.61 g; Woda: 1600.91 g; Popiół: 20.23 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-09-15		
Dieta: GLIWICE DIETA PAKOWATA		
Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g , Zupa mleczna z płatkami owsianymi zmiksowana 250ml (MLEKO), Pasta z białek jaja z twarogiem i koperkiem 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Bukiet jarzyn puree 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA),	Zupa brokułowa z ryżem zmiksowana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane puree 250g (MLEKO), Cukinia duszona 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Zupa brokułowa z ryżem zmiksowana 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: 2134.42 kcal; Energia: 8942.43 kJ; Białko ogółem: 88.80 g; białko zwierzęce: 55.89 g; białko roślinne: 32.67 g; Tłuszcz: 84.78 g; Węglowodany ogółem: 278.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.31 g; Sód: 2572.35 mg; Potas: 5045.68 mg; Wapń: 1007.20 mg; Fosfor: 1706.82 mg; Błonnik pokarmowy: 25.84 g; suma cukrów prostych: 52.10 g; Woda: 1661.36 g; Popiół: 21.41 g;		
środa 2026-09-16		
Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Chleb razowy 50g , Bułka maślana 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 15g , Twarożek 40g (MLEKO, LAKTOZA), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Szynka z piersi kurczaka 50g , Ogórek zielony 100g , Sałata 10g , Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN), Śliwka 150g ,	Zupa kalarepowa z kaszą manną 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), Sałata z sosem vinegrette i słonecznikiem 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), 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 , Pasta rybna z łososia z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Chleb razowy 50g , Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2762.69 kcal; Energia: 11229.74 kJ; Białko ogółem: 127.60 g; białko zwierzęce: 78.21 g; białko roślinne: 37.68 g; Tłuszcz: 97.14 g; Węglowodany ogółem: 367.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.35 g; Sód: 1580.02 mg; Potas: 3546.65 mg; Wapń: 901.80 mg; Fosfor: 1787.83 mg; Błonnik pokarmowy: 26.18 g; suma cukrów prostych: 52.88 g; Woda: 1238.96 g; Popiół: 15.50 g;		
środa 2026-09-16		
Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka maślana 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 15g , Twarożek 40g (MLEKO, LAKTOZA), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Jabłko pieczone 150g , Szynka z piersi kurczaka 50g , Pomidor 100g , Sałata 10g , Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Zupa kalarepowa z kaszą manną 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), Sałata z sosem vinegrette i słonecznikiem 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml ,	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: 2688.52 kcal; Energia: 10912.06 kJ; Białko ogółem: 117.95 g; białko zwierzęce: 66.47 g; białko roślinne: 35.38 g; Tłuszcz: 98.17 g; Węglowodany ogółem: 364.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.05 g; Sód: 1980.05 mg; Potas: 3612.26 mg; Wapń: 904.42 mg; Fosfor: 1748.09 mg; Błonnik pokarmowy: 32.87 g; suma cukrów prostych: 56.43 g; Woda: 1215.47 g; Popiół: 16.35 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-09-16 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb razowy 50g , Bułka grahamka 1szt (GLUTEN, JAJA, ŻYTO), Masło śmietankowe 60% 15g , Twarożek 40g (MLEKO, LAKTOZA), Ogórek zielony 100g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Szynka z piersi kurczaka 50g , Sałata 10g , Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN), Śliwka 150g ,	Zupa kalarepowa z kaszą manną 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), Sałata z sosem vinegrette i słonecznikiem 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Pierś delikatna z kurnej półki 40g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Papryka 100g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta rybna z łososia z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2714.19 kcal; Energia: 11026.33 kJ; Białko ogółem: 128.25 g; białko zwierzęce: 76.86 g; białko roślinne: 39.68 g; Tłuszcz: 92.74 g; Węglowodany ogółem: 366.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.85 g; Sód: 1408.02 mg; Potas: 3520.15 mg; Wapń: 862.80 mg; Fosfor: 1806.33 mg; Błonnik pokarmowy: 28.18 g; suma cukrów prostych: 45.98 g; Woda: 1230.36 g; Popiół: 15.15 g;		
środa 2026-09-16 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka maślana 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Twarożek 50g (MLEKO, LAKTOZA), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Mus owocowy 120g 1szt , Szynka z piersi kurczaka 40g , Pomidor bez skórki 100g , Sałata 10g , Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Rosółek z kaszą manną 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso z udka kurczaka duszone 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g , Marchew oprószana 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: 2266.53 kcal; Energia: 9317.98 kJ; Białko ogółem: 110.22 g; białko zwierzęce: 62.44 g; białko roślinne: 35.37 g; Tłuszcz: 63.24 g; Węglowodany ogółem: 338.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.37 g; Sód: 2949.65 mg; Potas: 4262.83 mg; Wapń: 898.66 mg; Fosfor: 1502.84 mg; Błonnik pokarmowy: 27.73 g; suma cukrów prostych: 77.35 g; Woda: 1453.12 g; Popiół: 19.00 g;		
środa 2026-09-16 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka maślana 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 15g , Twarożek 40g (MLEKO, LAKTOZA), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Szynka z piersi kurczaka 50g , Pomidor 100g , Sałata 10g , Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN), Jabłko pieczone 150g ,	Zupa kalarepowa z kaszą manną 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), Sałata z sosem vinegrette i słonecznikiem 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 5g , Szynka z piersi kurczaka 30g ,	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: 2819.92 kcal; Energia: 11337.76 kJ; Białko ogółem: 126.27 g; białko zwierzęce: 66.80 g; białko roślinne: 37.30 g; Tłuszcz: 102.28 g; Węglowodany ogółem: 381.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.15 g; Sód: 2129.15 mg; Potas: 3685.16 mg; Wapń: 922.42 mg; Fosfor: 1798.79 mg; Błonnik pokarmowy: 34.61 g; suma cukrów prostych: 57.21 g; Woda: 1225.37 g; Popiół: 16.98 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-09-16		
Dieta: GLIWICE DIETA PAKOWATA		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 250ml (MLEKO, GLUTEN), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g, Twarożek 60g (MLEKO, LAKTOZA), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Seler duszony puree 50g (SELER), Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Zupa kalarepowa z kaszą manną zmięszana 400ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso z udka kurczaka duszone 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Sos pieczeniowy jasny 100ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane puree 250g (MLEKO), Marchew oprószana puree 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml,	Zupa kalarepowa z kaszą manną zmięszana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g, Pasta z wędliny 50g, Herbata z cytryną 300ml, Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN), Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2068.60 kcal; Energia: 8669.47 kJ; Białko ogółem: 91.76 g; białko zwierzęce: 60.17 g; białko roślinne: 31.35 g; Tłuszcz: 65.58 g; Węglowodany ogółem: 303.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.09 g; Sód: 2768.18 mg; Potas: 4784.12 mg; Wapń: 1143.26 mg; Fosfor: 1622.12 mg; Błonnik pokarmowy: 28.46 g; suma cukrów prostych: 60.24 g; Woda: 1629.67 g; Popiół: 20.84 g;		
czwartek 2026-09-17		
Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Chleb razowy 100g, Masło śmietankowe 60% 15g, Hummus 40g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Pomidor 100g, Kakao 300ml (MLEKO), Szynka z indyka 50g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Sałata 10g, Gruszka 150g,	Zupa szczawiowa z lanym ciastem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka pieczona 90g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Buraki gotowane 200g, Ziemniaki gotowane 250g, Kompot owocowy 300ml, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Ogórek zielony 100g, Herbata z cytryną 300ml, Sałata 10g, Szynka drobiowa gotowana 40g, Jajko gotowane 1szt (JAJA), Posiłek nocny: Jogurt owocowy b/c szt 1g,
Wartości odżywcze: Energia: 2183.74 kcal; Energia: 9155.48 kJ; Białko ogółem: 101.86 g; białko zwierzęce: 62.93 g; białko roślinne: 31.18 g; Tłuszcz: 74.93 g; Węglowodany ogółem: 294.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.55 g; Sód: 2830.07 mg; Potas: 4358.84 mg; Wapń: 710.54 mg; Fosfor: 1364.74 mg; Błonnik pokarmowy: 29.37 g; suma cukrów prostych: 46.86 g; Woda: 1487.53 g; Popiół: 19.44 g;		
czwartek 2026-09-17		
Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Serek włoski 40g (MLEKO), Pomidor 100g, Kakao 300ml (MLEKO), Szynka z indyka 50g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Sałata 10g, Banan 150g,	Rosół z lanym ciastem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Buraki gotowane 200g, 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, Sałata 10g, Szynka drobiowa gotowana 40g, Jajko gotowane 1szt (JAJA), Posiłek nocny: Jogurt owocowy b/c szt 1g,
Wartości odżywcze: Energia: 2219.01 kcal; Energia: 9302.65 kJ; Białko ogółem: 108.01 g; białko zwierzęce: 72.46 g; białko roślinne: 30.80 g; Tłuszcz: 72.36 g; Węglowodany ogółem: 311.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.62 g; Sód: 3362.14 mg; Potas: 5373.21 mg; Wapń: 759.88 mg; Fosfor: 1641.86 mg; Błonnik pokarmowy: 35.26 g; suma cukrów prostych: 72.69 g; Woda: 1520.88 g; Popiół: 22.80 g;		
czwartek 2026-09-17		
Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb razowy 100g, Masło śmietankowe 60% 15g, Hummus 40g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Pomidor 100g, Kakao 300ml (MLEKO), Szynka z indyka 50g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Sałata 10g, Gruszka 150g,	Zupa szczawiowa z lanym ciastem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka pieczona 90g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sałata zielona z jogurtem naturalnym 60g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), 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: 2022.66 kcal; Energia: 8480.06 kJ; Białko ogółem: 99.35 g; białko zwierzęce: 66.86 g; białko roślinne: 29.04 g; Tłuszcz: 58.58 g; Węglowodany ogółem: 284.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.40 g; Sód: 1823.84 mg; Potas: 3728.23 mg; Wapń: 775.66 mg; Fosfor: 1307.51 mg; Błonnik pokarmowy: 16.58 g; suma cukrów prostych: 40.22 g; Woda: 1371.64 g; Popiół: 15.50 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-09-17 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Serek włoski 40g (MLEKO), Mus owocowy 120g 1szt, Kakao 300ml (MLEKO), Szynka z indyka 50g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Sałata 10g, Pomidor bez skórki 100g, Banan 150g,	Rosół z lanym ciastem 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 drobiowa gotowana 40g, Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Posiłek nocny: Jogurt owocowy b/c szt 1g,
Wartości odżywcze: Energia: 1955.98 kcal; Energia: 8198.13 kJ; Białko ogółem: 107.46 g; białko zwierzęce: 72.63 g; białko roślinne: 30.53 g; Tłuszcz: 46.52 g; Węglowodany ogółem: 302.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.94 g; Sód: 3268.84 mg; Potas: 5185.29 mg; Wapń: 680.86 mg; Fosfor: 1533.09 mg; Błonnik pokarmowy: 34.99 g; suma cukrów prostych: 80.75 g; Woda: 1569.31 g; Popiół: 21.92 g;		
czwartek 2026-09-17 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA		
Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Serek włoski 40g (MLEKO), Pomidor 100g, Kakao 300ml (MLEKO), Szynka z indyka 50g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Sałata 10g, Banan 150g,	Rosół z lanym ciastem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka gotowana 90g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Buraki gotowane 200g, 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 śmietankowe 60% 15g, Szynka drobiowa gotowana 40g, Pomidor 100g, Herbata z cytryną 300ml, Sałata 10g, Jajko gotowane 1szt (JAJA), Posiłek nocny: Jogurt owocowy b/c szt 1g,
Wartości odżywcze: Energia: 2394.79 kcal; Energia: 10038.48 kJ; Białko ogółem: 124.38 g; białko zwierzęce: 88.83 g; białko roślinne: 30.80 g; Tłuszcz: 83.34 g; Węglowodany ogółem: 314.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.19 g; Sód: 3416.68 mg; Potas: 5555.86 mg; Wapń: 858.73 mg; Fosfor: 1822.78 mg; Błonnik pokarmowy: 35.26 g; suma cukrów prostych: 74.69 g; Woda: 1606.50 g; Popiół: 23.65 g;		
czwartek 2026-09-17 Dieta: GLIWICE DIETA PĄPKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi zmiksowana 250ml (MLEKO), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g, Pasta z serka włoskiego 60g (MLEKO), Kakao 300ml (MLEKO), Cukinia duszona puree 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA),	Zupa szczawiowa z lanym ciastem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki puree 250g, Seler duszony puree 200g (SELER), Kompot owocowy 300ml,	Rosół z lanym ciastem zmiksowany 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g, Herbata z cytryną 300ml, Seler duszony puree 50g (SELER), Pasta z wędliny 50g, Posiłek nocny: Jogurt owocowy b/c szt 1g,
Wartości odżywcze: Energia: 1992.87 kcal; Energia: 8354.05 kJ; Białko ogółem: 95.57 g; białko zwierzęce: 59.94 g; białko roślinne: 31.09 g; Tłuszcz: 72.35 g; Węglowodany ogółem: 270.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.50 g; Sód: 3528.54 mg; Potas: 4869.39 mg; Wapń: 997.24 mg; Fosfor: 1766.58 mg; Błonnik pokarmowy: 37.80 g; suma cukrów prostych: 48.87 g; Woda: 1596.53 g; Popiół: 23.58 g;		
piątek 2026-09-18 Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (MLEKO), Chleb razowy 100g, Masło śmietankowe 60% 15g, Pasta z groszku zielonego 50g (GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), Papryka 100g, Szynka dębowa drobiowa 40g (., SELER, GORCZYCA), Sałata 10g,	Zupa ziemniaczana z pomidorami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mintaj panierowany z pieca 90g (GLUTEN, JAJA, SEZAM, ŻYTO, LAKTOZA), Warzywa po grecku 200g (SELER), Ziemniaki gotowane 250g, Kompot owocowy 300ml,	Chleb razowy 100g, Masło śmietankowe 60% 15g, Twarożek z rzodkiewką 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pomidor 100g, Herbata z cytryną 300ml, Kurczak gotowany 40g (SELER, GORCZYCA), Posiłek nocny: Jogurt pitny naturalny 1szt,
Wartości odżywcze: Energia: 2011.63 kcal; Energia: 8425.56 kJ; Białko ogółem: 97.80 g; białko zwierzęce: 60.84 g; białko roślinne: 36.51 g; Tłuszcz: 55.40 g; Węglowodany ogółem: 303.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.34 g; Sód: 3596.17 mg; Potas: 5033.95 mg; Wapń: 847.64 mg; Fosfor: 1613.74 mg; Błonnik pokarmowy: 28.10 g; suma cukrów prostych: 46.88 g; Woda: 1478.47 g; Popiół: 21.03 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-09-18 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (MLEKO), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Pasta z groszku zielonego 50g (GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pomidor 100g, Szynka dębowa drobiowa 40g (., SELER, GORCZYCA), Salata 10g,	Zupa ziemniaczana z pomidorami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mintaj parowany w piecu 90g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Warzywa po grecku 200g (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, Kurczak gotowany 40g (SELER, GORCZYCA), Posiłek nocny: Jogurt pitny naturalny 1szt,
Wartości odżywcze: Energia: 1802.41 kcal; Energia: 7553.13 kJ; Białko ogółem: 96.92 g; białko zwierzęce: 64.71 g; białko roślinne: 31.76 g; Tłuszcz: 49.87 g; Węglowodany ogółem: 276.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.69 g; Sód: 4552.14 mg; Potas: 5450.08 mg; Wapń: 963.45 mg; Fosfor: 1936.03 mg; Błonnik pokarmowy: 37.55 g; suma cukrów prostych: 52.34 g; Woda: 1520.36 g; Popiół: 24.92 g;		
piątek 2026-09-18 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (MLEKO), Chleb razowy 100g, Masło śmietankowe 60% 15g, Pasta z groszku zielonego 50g (GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Papryka 100g, Szynka dębowa drobiowa 40g (., SELER, GORCZYCA), Salata 10g,	Zupa ziemniaczana z pomidorami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mintaj parowany w piecu 90g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Warzywa po grecku 200g (SELER), Ziemniaki gotowane 250g, Kompot owocowy 300ml,	Chleb razowy 100g, Masło śmietankowe 60% 15g, Twarożek z rzodkiewką 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pomidor 100g, Herbata z cytryną 300ml, Kurczak gotowany 40g (SELER, GORCZYCA), Posiłek nocny: Jogurt pitny naturalny 1szt,
Wartości odżywcze: Energia: 1917.72 kcal; Energia: 8032.61 kJ; Białko ogółem: 96.51 g; białko zwierzęce: 60.64 g; białko roślinne: 35.42 g; Tłuszcz: 49.07 g; Węglowodany ogółem: 294.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.84 g; Sód: 3556.27 mg; Potas: 5013.60 mg; Wapń: 844.37 mg; Fosfor: 1595.91 mg; Błonnik pokarmowy: 27.57 g; suma cukrów prostych: 46.86 g; Woda: 1476.30 g; Popiół: 20.95 g;		
piątek 2026-09-18 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (MLEKO), Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Pasta z białek jaja z twarogiem i koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pomidor bez skóry 100g, Szynka dębowa drobiowa 40g (., SELER, GORCZYCA), Salata 10g,	Rosół z kaszą jaglaną 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mintaj parowany w piecu 90g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 250g, Marchewka gotowana 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml,	Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Kurczak gotowany 40g (SELER, GORCZYCA), Pomidor bez skóry 100g, Herbata z cytryną 300ml, Twarożek z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Posiłek nocny: Jogurt pitny naturalny 1szt,
Wartości odżywcze: Energia: 1823.14 kcal; Energia: 7627.76 kJ; Białko ogółem: 104.37 g; białko zwierzęce: 71.34 g; białko roślinne: 33.03 g; Tłuszcz: 44.38 g; Węglowodany ogółem: 276.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.24 g; Sód: 3633.08 mg; Potas: 4666.31 mg; Wapń: 915.92 mg; Fosfor: 1867.37 mg; Błonnik pokarmowy: 28.64 g; suma cukrów prostych: 47.07 g; Woda: 1540.43 g; Popiół: 20.79 g;		
piątek 2026-09-18 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (MLEKO), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Pasta z groszku zielonego 90g (GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pomidor 80g, Salata 10g, Szynka dębowa drobiowa 40g (., SELER, GORCZYCA),	Zupa ziemniaczana z pomidorami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mintaj parowany w piecu 90g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Warzywa po grecku 200g (SELER), Ziemniaki gotowane 250g, Kompot owocowy 300ml, Podwieczorek: Maślanka 200ml (MLEKO),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Kurczak gotowany 50g (SELER, GORCZYCA), Twarożek z koperkiem 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pomidor 100g, Herbata z cytryną 300ml, Posiłek nocny: Jogurt pitny naturalny 1szt,
Wartości odżywcze: Energia: 2039.98 kcal; Energia: 8547.66 kJ; Białko ogółem: 115.65 g; białko zwierzęce: 80.96 g; białko roślinne: 34.24 g; Tłuszcz: 61.52 g; Węglowodany ogółem: 293.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.45 g; Sód: 4854.93 mg; Potas: 5905.20 mg; Wapń: 1228.29 mg; Fosfor: 2245.91 mg; Błonnik pokarmowy: 39.63 g; suma cukrów prostych: 63.70 g; Woda: 1750.83 g; Popiół: 27.40 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-09-18		
Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi zmięszana 250ml (MLEKO), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g, Pasta z białek jaja z twarogiem i koperkiem 70g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), Seler duszony puree 50g (SELER),	Zupa ziemniaczana z pomidorami zmięszana 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), Szpinak gotowany puree 200g (MLEKO), Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml,	Zupa ziemniaczana z pomidorami zmięszana 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: Jogurt pitny naturalny 1szt,
Wartości odżywcze: Energia: 1765.22 kcal; Energia: 7391.69 kJ; Białko ogółem: 89.91 g; białko zwierzęce: 59.25 g; białko roślinne: 30.31 g; Tłuszcz: 54.27 g; Węglowodany ogółem: 255.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.20 g; Sód: 2747.21 mg; Potas: 5417.05 mg; Wapń: 1025.48 mg; Fosfor: 1746.23 mg; Błonnik pokarmowy: 28.94 g; suma cukrów prostych: 46.43 g; Woda: 1706.22 g; Popiół: 23.94 g;		
sobota 2026-09-19		
Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Kakao 300ml (MLEKO), Pomidor 100g, Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Chleb razowy 50g, Masło śmietankowe 60% 15g, Parówka drobiowa min. 75% 80g, Ketchup 17g 1szt, Serek śmietankowy w plastarach naturalny 40g, Sałata 10g, Śliwka 150g,	zupa pieczarkowa z ziemniakami 350g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Zraz z indyka duszony 90g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Kasza pęczak 150g, Surówka z selera i ananasa 200g (MLEKO, SELER), Kompot owocowy 300ml, Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Smalec z fasoli z jabłkiem i cebulką 40g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Chleb razowy 100g, Masło śmietankowe 60% 15g, Ogórek zielony 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: 2386.33 kcal; Energia: 9991.16 kJ; Białko ogółem: 94.41 g; białko zwierzęce: 50.05 g; białko roślinne: 39.18 g; Tłuszcz: 75.73 g; Węglowodany ogółem: 356.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.07 g; Sód: 2178.24 mg; Potas: 4465.49 mg; Wapń: 942.89 mg; Fosfor: 1603.52 mg; Błonnik pokarmowy: 29.84 g; suma cukrów prostych: 62.94 g; Woda: 1566.16 g; Popiół: 19.01 g;		
sobota 2026-09-19		
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 plastarach naturalny 40g, Sałata 10g, Jabłko pieczone 150g,	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Zraz z indyka duszony 90g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Kasza jęczmienna gotowana 150g (GLUTEN), Kompot owocowy 300ml, Surówka z selera i ananasa 200g (MLEKO, SELER), Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Ser mozzarella light (kulka) 50g, 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: 2531.68 kcal; Energia: 10600.44 kJ; Białko ogółem: 102.97 g; białko zwierzęce: 51.28 g; białko roślinne: 37.02 g; Tłuszcz: 80.81 g; Węglowodany ogółem: 386.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.42 g; Sód: 2792.92 mg; Potas: 4498.64 mg; Wapń: 994.09 mg; Fosfor: 1844.97 mg; Błonnik pokarmowy: 42.22 g; suma cukrów prostych: 66.91 g; Woda: 1458.49 g; Popiół: 20.02 g;		
sobota 2026-09-19		
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 plastarach naturalny 40g, Sałata 10g, Śliwka 150g,	zupa pieczarkowa z ziemniakami 350g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Zraz z indyka duszony 90g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Kasza pęczak 150g, Surówka z selera i ananasa 200g (MLEKO, SELER), Kompot owocowy 300ml, Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Smalec z fasoli z jabłkiem i cebulką 40g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Chleb razowy 100g, Masło śmietankowe 60% 15g, Ogórek zielony 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: 2490.33 kcal; Energia: 10427.16 kJ; Białko ogółem: 99.21 g; białko zwierzęce: 50.05 g; białko roślinne: 43.98 g; Tłuszcz: 75.63 g; Węglowodany ogółem: 383.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.02 g; Sód: 2188.24 mg; Potas: 4577.49 mg; Wapń: 950.89 mg; Fosfor: 1717.52 mg; Błonnik pokarmowy: 35.59 g; suma cukrów prostych: 64.44 g; Woda: 1569.36 g; Popiół: 19.61 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-09-19		
Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Pomidor bez skóry 100g , Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Szynka drobiowa 50g , Kakao 300ml (MLEKO), Serek śmietankowy w plastarch naturalny 40g , Salata 10g , Jablko pieczone 150g ,	Rosółek z kaszą manną 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Zraz z indyka duszony 90g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g , Dynia duszona 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 , Ser mozzarella light (kulka) 50g , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 1911.99 kcal; Energia: 8000.31 kJ; Białko ogółem: 96.36 g; białko zwierzęce: 47.47 g; białko roślinne: 34.99 g; Tłuszcz: 48.31 g; Węglowodany ogółem: 296.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.81 g; Sód: 2413.40 mg; Potas: 4387.10 mg; Wapń: 809.62 mg; Fosfor: 1297.85 mg; Błonnik pokarmowy: 29.03 g; suma cukrów prostych: 47.43 g; Woda: 1456.00 g; Popiół: 18.39 g;		
sobota 2026-09-19		
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 , Szynka drobiowa 50g , Kakao 300ml (MLEKO), Ketchup 17g 1szt , Salata 10g , Jablko 1szt ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Zraz z indyka duszony 90g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Kasza jęczmienna gotowana 150g (GLUTEN), Kompot owocowy 300ml , Surówka z selera i ananasa 200g (MLEKO, SELER), Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Ser mozzarella light (kulka) 50g , 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: 2552.79 kcal; Energia: 10691.80 kJ; Białko ogółem: 113.31 g; białko zwierzęce: 66.24 g; białko roślinne: 37.02 g; Tłuszcz: 77.59 g; Węglowodany ogółem: 387.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.84 g; Sód: 2928.77 mg; Potas: 4627.87 mg; Wapń: 1099.24 mg; Fosfor: 1942.68 mg; Błonnik pokarmowy: 41.68 g; suma cukrów prostych: 70.29 g; Woda: 1534.57 g; Popiół: 20.88 g;		
sobota 2026-09-19		
Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą zmiksowana 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 koperkowa z ziemniakami zmiksowana 400ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Zraz z indyka duszony mielony 90g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane puree 200g (MLEKO), Dynia duszona puree 200g , Kompot owocowy 300ml ,	Zupa koperkowa z ziemniakami zmiksowana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g , Pasta z sera mozzarella 60g (MLEKO), Herbata z cytryną 300ml , Buraki gotowane puree 50g , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2088.90 kcal; Energia: 8750.43 kJ; Białko ogółem: 85.30 g; białko zwierzęce: 55.13 g; białko roślinne: 29.93 g; Tłuszcz: 82.21 g; Węglowodany ogółem: 278.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.42 g; Sód: 2752.32 mg; Potas: 5389.32 mg; Wapń: 1396.05 mg; Fosfor: 1749.41 mg; Błonnik pokarmowy: 27.88 g; suma cukrów prostych: 62.90 g; Woda: 1657.17 g; Popiół: 23.76 g;		
niedziela 2026-09-20		
Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Chleb razowy 100g , Papryka 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica premium 40g , Sok NFC 200ml 1szt , Kakao 300ml (MLEKO), Salata 10g , Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA),	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 , Surówka z kapusty białej z marchewką 200g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), 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: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2061.79 kcal; Energia: 8638.53 kJ; Białko ogółem: 91.10 g; białko zwierzęce: 55.35 g; białko roślinne: 35.30 g; Tłuszcz: 60.02 g; Węglowodany ogółem: 306.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.69 g; Sód: 1327.42 mg; Potas: 4182.97 mg; Wapń: 809.51 mg; Fosfor: 1113.71 mg; Błonnik pokarmowy: 23.49 g; suma cukrów prostych: 40.82 g; Woda: 1422.68 g; Popiół: 14.66 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-09-20 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Pomidor 100g, Masło śmietankowe 60% 15g, Polędwica premium 40g, Sok NFC 200ml 1szt, Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g, Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA),	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: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 1935.57 kcal; Energia: 8115.93 kJ; Białko ogółem: 89.45 g; białko zwierzęce: 57.55 g; białko roślinne: 31.45 g; Tłuszcz: 62.49 g; Węglowodany ogółem: 281.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.39 g; Sód: 2161.29 mg; Potas: 4821.83 mg; Wapń: 822.98 mg; Fosfor: 1444.77 mg; Błonnik pokarmowy: 30.12 g; suma cukrów prostych: 45.79 g; Woda: 1526.21 g; Popiół: 17.92 g;		
niedziela 2026-09-20 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb razowy 100g, Papryka 100g, Masło śmietankowe 60% 15g, Serek wiejski 50g (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, Surówka z kapusty białej z marchewką 200g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), 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: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2036.79 kcal; Energia: 8531.53 kJ; Białko ogółem: 91.60 g; białko zwierzęce: 55.35 g; białko roślinne: 35.80 g; Tłuszcz: 60.12 g; Węglowodany ogółem: 299.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.73 g; Sód: 1499.42 mg; Potas: 4352.97 mg; Wapń: 807.51 mg; Fosfor: 1123.71 mg; Błonnik pokarmowy: 23.59 g; suma cukrów prostych: 33.02 g; Woda: 1428.18 g; Popiół: 15.46 g;		
niedziela 2026-09-20 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Pomidor bez skóry 100g, Polędwica premium 40g, Sok NFC 200ml 1szt, Kakao 300ml (MLEKO), Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA), 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),	Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Serek kanapkowy 40g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor bez skóry 100g, Herbata z cytryną 300ml, Szynka drobiowa gotowana 40g, Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 1791.57 kcal; Energia: 7501.93 kJ; Białko ogółem: 91.00 g; białko zwierzęce: 55.55 g; białko roślinne: 35.45 g; Tłuszcz: 43.89 g; Węglowodany ogółem: 278.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.33 g; Sód: 2073.29 mg; Potas: 4609.83 mg; Wapń: 734.98 mg; Fosfor: 1306.77 mg; Błonnik pokarmowy: 23.92 g; suma cukrów prostych: 41.59 g; Woda: 1528.21 g; Popiół: 17.32 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-09-20Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA		
Pomidor 100g , Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Serek wiejski 70g (MLEKO, LAKTOZA), Polędwica premium 40g , Sok NFC 200ml 1szt , 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: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2196.89 kcal; Energia: 9106.71 kJ; Białko ogółem: 108.37 g; białko zwierzęce: 69.48 g; białko roślinne: 33.37 g; Tłuszcz: 75.14 g; Węglowodany ogółem: 301.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.63 g; Sód: 2426.89 mg; Potas: 4994.23 mg; Wapń: 927.18 mg; Fosfor: 1624.27 mg; Błonnik pokarmowy: 31.86 g; suma cukrów prostych: 48.70 g; Woda: 1604.35 g; Popiół: 19.24 g;		
niedziela 2026-09-20Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z kaszą manną 250ml (MLEKO, GLUTEN), Baton pszenny 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 pszenny 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: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2144.65 kcal; Energia: 8977.69 kJ; Białko ogółem: 89.92 g; białko zwierzęce: 57.61 g; białko roślinne: 32.30 g; Tłuszcz: 87.08 g; Węglowodany ogółem: 271.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.45 g; Sód: 2354.24 mg; Potas: 4848.74 mg; Wapń: 1065.70 mg; Fosfor: 1567.70 mg; Błonnik pokarmowy: 23.07 g; suma cukrów prostych: 50.82 g; Woda: 1719.07 g; Popiół: 19.82 g;		

Dietetyk

.....