

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-09-21 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Ser mozzarella light (kulka) 10g , Pomidor 50g , Kakao 300ml (MLEKO), Szyńska dębowa drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA), Salata 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowy 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Ziemniaki gotowane 60g , Kompot owocowy 300ml , Salátka z tartych gotowanych buraków, skropiona olejem 60g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), 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 jajeczna 10g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM),
Wartości odżywcze: Energia: 970.86 kcal; Energia: 4068.42 kJ; Białko ogółem: 46.47 g; białko zwierzęce: 33.66 g; białko roślinne: 10.91 g; Tłuszcz: 44.20 g; Węglowodany ogółem: 106.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.58 g; Sód: 943.69 mg; Potas: 2150.61 mg; Wapń: 586.58 mg; Fosfor: 778.66 mg; Błonnik pokarmowy: 10.17 g; suma cukrów prostych: 31.66 g; Woda: 792.42 g; Popiół: 8.32 g;		
poniedziałek 2026-09-21 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 , Pomidor 50g , Kakao 300ml (MLEKO), Szyńska dębowa drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA), Salata 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Ziemniaki gotowane 100g , Kompot owocowy 300ml , Salátka z tartych gotowanych buraków, skropiona olejem 100g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), 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 jajeczna 30g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM),
Wartości odżywcze: Energia: 1691.88 kcal; Energia: 7086.50 kJ; Białko ogółem: 76.29 g; białko zwierzęce: 46.63 g; białko roślinne: 23.96 g; Tłuszcz: 66.09 g; Węglowodany ogółem: 212.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.09 g; Sód: 1444.14 mg; Potas: 2987.46 mg; Wapń: 691.92 mg; Fosfor: 1161.08 mg; Błonnik pokarmowy: 16.99 g; suma cukrów prostych: 44.70 g; Woda: 991.21 g; Popiół: 12.89 g;		
poniedziałek 2026-09-21 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 , Pomidor 50g , Kakao 300ml (MLEKO), Szyńska dębowa drobiowa 30g (., SELER, GORCZYCA), Salata 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Ziemniaki gotowane 230g , Kompot owocowy 300ml , Salátka z tartych gotowanych buraków, skropiona olejem 120g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), 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 jajeczna 50g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM),
Wartości odżywcze: Energia: 2111.34 kcal; Energia: 8841.81 kJ; Białko ogółem: 93.48 g; białko zwierzęce: 54.01 g; białko roślinne: 29.97 g; Tłuszcz: 83.06 g; Węglowodany ogółem: 264.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.95 g; Sód: 2042.24 mg; Potas: 3826.58 mg; Wapń: 736.28 mg; Fosfor: 1366.77 mg; Błonnik pokarmowy: 20.91 g; suma cukrów prostych: 47.62 g; Woda: 1166.83 g; Popiół: 16.10 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-09-21		
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 dębową drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA), Sałata 10g,	Zupa brokułowa z ziemniakami 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowy 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Ziemniaki gotowane 60g, Kompot owocowy 300ml, Sałatka z tartych gotowanych buraków, skropiona olejem 60g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), 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 jajeczna 10g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM),
Wartości odżywcze: Energia: 953.50 kcal; Energia: 3995.54 kJ; Białko ogółem: 46.35 g; białko zwierzęce: 33.99 g; białko roślinne: 10.46 g; Tłuszcz: 44.35 g; Węglowodany ogółem: 104.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.68 g; Sód: 1088.16 mg; Potas: 2283.00 mg; Wapń: 598.48 mg; Fosfor: 823.84 mg; Błonnik pokarmowy: 12.19 g; suma cukrów prostych: 32.42 g; Woda: 783.21 g; Popiół: 8.85 g;		
poniedziałek 2026-09-21		
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 dębową drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA), Sałata 10g,	Zupa brokułowa z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Ziemniaki gotowane 100g, Kompot owocowy 300ml, Sałatka z tartych gotowanych buraków, skropiona olejem 100g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), 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 jajeczna 30g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM),
Wartości odżywcze: Energia: 1674.53 kcal; Energia: 7013.62 kJ; Białko ogółem: 76.17 g; białko zwierzęce: 46.96 g; białko roślinne: 23.51 g; Tłuszcz: 66.24 g; Węglowodany ogółem: 210.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.19 g; Sód: 1588.61 mg; Potas: 3119.85 mg; Wapń: 703.81 mg; Fosfor: 1206.26 mg; Błonnik pokarmowy: 19.01 g; suma cukrów prostych: 45.46 g; Woda: 982.00 g; Popiół: 13.43 g;		
poniedziałek 2026-09-21		
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 dębową drobiowa 30g (., SELER, GORCZYCA), Sałata 10g,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Ziemniaki gotowane 230g, Kompot owocowy 300ml, Sałatka z tartych gotowanych buraków, skropiona olejem 120g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), 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 jajeczna 50g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM),
Wartości odżywcze: Energia: 2083.38 kcal; Energia: 8725.09 kJ; Białko ogółem: 93.30 g; białko zwierzęce: 54.56 g; białko roślinne: 29.24 g; Tłuszcz: 83.30 g; Węglowodany ogółem: 261.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.12 g; Sód: 2285.50 mg; Potas: 4007.57 mg; Wapń: 760.17 mg; Fosfor: 1445.75 mg; Błonnik pokarmowy: 24.09 g; suma cukrów prostych: 48.90 g; Woda: 1164.22 g; Popiół: 17.06 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-09-22 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 , Papryka 50g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pasta z groszku zielonego 10g (GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM), Salata 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 pęczak 60g , Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 60g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Jogurt wegański 1szt ,	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: 1232.36 kcal; Energia: 5080.43 kJ; Białko ogółem: 59.50 g; białko zwierzęce: 37.91 g; białko roślinne: 17.59 g; Tłuszcz: 52.02 g; Węglowodany ogółem: 145.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.86 g; Sód: 1019.61 mg; Potas: 2323.93 mg; Wapń: 888.96 mg; Fosfor: 1101.41 mg; Błonnik pokarmowy: 14.85 g; suma cukrów prostych: 40.87 g; Woda: 913.25 g; Popiół: 10.82 g;		
wtorek 2026-09-22 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 , Papryka 50g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pasta z groszku zielonego 30g (GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM), 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 pęczak 90g , Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką, słonecznikiem i olejem 100g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Jogurt wegański 1szt ,	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: 1832.46 kcal; Energia: 7357.66 kJ; Białko ogółem: 81.05 g; białko zwierzęce: 45.58 g; białko roślinne: 29.39 g; Tłuszcz: 75.17 g; Węglowodany ogółem: 229.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.21 g; Sód: 1382.78 mg; Potas: 2922.08 mg; Wapń: 958.74 mg; Fosfor: 1364.66 mg; Błonnik pokarmowy: 22.59 g; suma cukrów prostych: 43.34 g; Woda: 1048.49 g; Popiół: 13.69 g;		
wtorek 2026-09-22 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 , Papryka 50g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pasta z groszku zielonego 50g (GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM), 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 pęczak 130g , Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką, słonecznikiem i olejem 120g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Jogurt wegański 1szt ,	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: 2374.73 kcal; Energia: 9537.25 kJ; Białko ogółem: 106.02 g; białko zwierzęce: 60.35 g; białko roślinne: 37.18 g; Tłuszcz: 104.42 g; Węglowodany ogółem: 279.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.06 g; Sód: 1725.20 mg; Potas: 3516.02 mg; Wapń: 1022.12 mg; Fosfor: 1688.69 mg; Błonnik pokarmowy: 27.62 g; suma cukrów prostych: 44.91 g; Woda: 1202.47 g; Popiół: 16.46 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-09-22 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 , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Serek włoski 10g (MLEKO), 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), Dynia duszona 60g , Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Jogurt wegański 1szt ,	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: 1234.86 kcal; Energia: 5090.84 kJ; Białko ogółem: 57.99 g; białko zwierzęce: 40.11 g; białko roślinne: 13.88 g; Tłuszcz: 49.65 g; Węglowodany ogółem: 154.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.03 g; Sód: 1113.05 mg; Potas: 2426.31 mg; Wapń: 912.92 mg; Fosfor: 1179.79 mg; Błonnik pokarmowy: 15.85 g; suma cukrów prostych: 42.41 g; Woda: 921.49 g; Popiół: 10.96 g;		
wtorek 2026-09-22 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 , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Serek włoski 30g (MLEKO), 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), Dynia duszona 100g , Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Jogurt wegański 1szt ,	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: 1759.29 kcal; Energia: 7287.04 kJ; Białko ogółem: 79.48 g; białko zwierzęce: 52.07 g; białko roślinne: 23.41 g; Tłuszcz: 64.29 g; Węglowodany ogółem: 239.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.78 g; Sód: 1669.42 mg; Potas: 3140.30 mg; Wapń: 1033.76 mg; Fosfor: 1572.76 mg; Błonnik pokarmowy: 25.13 g; suma cukrów prostych: 46.88 g; Woda: 1063.31 g; Popiół: 14.62 g;		
wtorek 2026-09-22 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 , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Serek włoski 50g (MLEKO), 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), Dynia duszona 200g , Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Jogurt wegański 1szt ,	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: 2360.90 kcal; Energia: 9761.72 kJ; Białko ogółem: 107.49 g; białko zwierzęce: 70.80 g; białko roślinne: 30.69 g; Tłuszcz: 93.72 g; Węglowodany ogółem: 303.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.31 g; Sód: 2075.96 mg; Potas: 4006.78 mg; Wapń: 1182.48 mg; Fosfor: 2022.19 mg; Błonnik pokarmowy: 33.26 g; suma cukrów prostych: 51.20 g; Woda: 1293.59 g; Popiół: 18.32 g;		
środa 2026-09-23 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Twarożek 30g (MLEKO, LAKTOZA), Masło orzechowe 15g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Zupa szpinakowa z ryżem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Naleśniki z serem białym 1szt (MLEKO, RYBY), Kompot owocowy 300ml , Banan 150g , Podwieczorek: Owsianka w tubce 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 , Serek włoski 10g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 1326.92 kcal; Energia: 5168.87 kJ; Białko ogółem: 52.35 g; białko zwierzęce: 36.16 g; białko roślinne: 10.69 g; Tłuszcz: 50.92 g; Węglowodany ogółem: 173.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.72 g; Sód: 981.29 mg; Potas: 2194.50 mg; Wapń: 747.79 mg; Fosfor: 799.15 mg; Błonnik pokarmowy: 13.96 g; suma cukrów prostych: 65.29 g; Woda: 817.08 g; Popiół: 9.57 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-09-23 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Chleb razowy 30g , Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Twarożek 30g (MLEKO, LAKTOZA), Masło orzechowe 20g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Zupa szpinakowa z ryżem 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Naleśniki z serem białym 2szt (MLEKO, RYBY), Banan 150g , Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Owsianka w tubce 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 , Serek włoski 30g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2056.37 kcal; Energia: 8091.72 kJ; Białko ogółem: 81.28 g; białko zwierzęce: 51.33 g; białko roślinne: 23.14 g; Tłuszcz: 74.22 g; Węglowodany ogółem: 279.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.16 g; Sód: 1290.99 mg; Potas: 2688.45 mg; Wapń: 941.97 mg; Fosfor: 1155.38 mg; Błonnik pokarmowy: 20.58 g; suma cukrów prostych: 80.19 g; Woda: 973.83 g; Popiół: 13.32 g;		
środa 2026-09-23 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Chleb razowy 50g , Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Twarożek 50g (MLEKO, LAKTOZA), Masło orzechowe 20g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Naleśniki z serem białym 3szt (MLEKO, RYBY), Banan 150g , Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Owsianka w tubce 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 , Serek włoski 50g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2524.69 kcal; Energia: 10051.30 kJ; Białko ogółem: 105.49 g; białko zwierzęce: 70.95 g; białko roślinne: 27.74 g; Tłuszcz: 98.35 g; Węglowodany ogółem: 320.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.02 g; Sód: 1559.05 mg; Potas: 3041.28 mg; Wapń: 1106.54 mg; Fosfor: 1440.37 mg; Błonnik pokarmowy: 23.20 g; suma cukrów prostych: 86.67 g; Woda: 1121.26 g; Popiół: 15.52 g;		
środa 2026-09-23 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Twarożek 30g (MLEKO, LAKTOZA), Masło orzechowe 15g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Zupa szpinakowa z ryżem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Naleśniki z serem białym 1szt (MLEKO, RYBY), Banan 150g , Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pierś delikatna z kurnej półki 20g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Serek włoski 10g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 1363.12 kcal; Energia: 5322.01 kJ; Białko ogółem: 53.74 g; białko zwierzęce: 36.71 g; białko roślinne: 11.53 g; Tłuszcz: 51.43 g; Węglowodany ogółem: 183.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.90 g; Sód: 881.65 mg; Potas: 2416.90 mg; Wapń: 773.59 mg; Fosfor: 881.35 mg; Błonnik pokarmowy: 17.25 g; suma cukrów prostych: 66.65 g; Woda: 836.64 g; Popiół: 9.89 g;		
środa 2026-09-23 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), Masło orzechowe 20g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Zupa szpinakowa z ryżem 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Naleśniki z serem białym 2szt (MLEKO, RYBY), Banan 150g , Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Owsianka w tubce 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 , Serek włoski 30g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2092.57 kcal; Energia: 8244.87 kJ; Białko ogółem: 82.67 g; białko zwierzęce: 51.88 g; białko roślinne: 23.98 g; Tłuszcz: 74.74 g; Węglowodany ogółem: 289.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.34 g; Sód: 1191.36 mg; Potas: 2910.85 mg; Wapń: 967.77 mg; Fosfor: 1237.58 mg; Błonnik pokarmowy: 23.87 g; suma cukrów prostych: 81.54 g; Woda: 993.39 g; Popiół: 13.63 g;		
środa 2026-09-23 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), Masło orzechowe 20g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Naleśniki z serem białym 3szt (MLEKO, RYBY), Banan 150g , Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Owsianka w tubce 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 , Serek włoski 50g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2500.69 kcal; Energia: 9952.81 kJ; Białko ogółem: 105.32 g; białko zwierzęce: 71.50 g; białko roślinne: 27.02 g; Tłuszcz: 98.61 g; Węglowodany ogółem: 318.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.20 g; Sód: 1458.82 mg; Potas: 3263.68 mg; Wapń: 1132.34 mg; Fosfor: 1522.57 mg; Błonnik pokarmowy: 26.49 g; suma cukrów prostych: 88.03 g; Woda: 1140.82 g; Popiół: 15.83 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-09-24 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Schab ze spiżarni 20g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Serek śmietankowy w plastarch naturalny 10g , Jogurt owocowy b/c szt 1g , Pomidor 50g , Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g ,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Jajka w sosie koperkowym 2 szt./100ml 1Por (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Surówka z marchewki, skropiona olejem 60g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 60g , Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 10g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka dębowa drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1430.14 kcal; Energia: 5989.46 kJ; Białko ogółem: 70.01 g; białko zwierzęce: 52.66 g; białko roślinne: 11.82 g; Tłuszcz: 74.79 g; Węglowodany ogółem: 129.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.87 g; Sód: 1141.37 mg; Potas: 2243.09 mg; Wapń: 707.47 mg; Fosfor: 1094.54 mg; Błonnik pokarmowy: 15.34 g; suma cukrów prostych: 28.74 g; Woda: 923.44 g; Popiół: 9.41 g;		
czwartek 2026-09-24 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Chleb razowy 80g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Schab ze spiżarni 20g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Serek śmietankowy w plastarch naturalny 30g , Jogurt owocowy b/c szt 1g , Pomidor 50g , Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g ,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Jajka w sosie koperkowym 2 szt./100ml 1Por (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Surówka z marchewki, skropiona olejem 100g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 100g , Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 30g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka dębowa drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1874.39 kcal; Energia: 7844.93 kJ; Białko ogółem: 84.20 g; białko zwierzęce: 55.54 g; białko roślinne: 20.72 g; Tłuszcz: 84.93 g; Węglowodany ogółem: 207.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.39 g; Sód: 1588.21 mg; Potas: 2782.32 mg; Wapń: 783.59 mg; Fosfor: 1261.62 mg; Błonnik pokarmowy: 21.30 g; suma cukrów prostych: 32.02 g; Woda: 1050.39 g; Popiół: 11.79 g;		
czwartek 2026-09-24 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Chleb razowy 100g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Schab ze spiżarni 30g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Serek śmietankowy w plastarch naturalny 50g , Jogurt owocowy b/c szt 1g , Pomidor 50g , Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g ,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Jajka w sosie koperkowym 2 szt./100ml 1Por (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Surówka z marchewki, skropiona olejem 120g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 250g , Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka dębowa drobiowa 30g (., SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 2298.58 kcal; Energia: 9616.42 kJ; Białko ogółem: 99.21 g; białko zwierzęce: 61.65 g; białko roślinne: 27.18 g; Tłuszcz: 100.02 g; Węglowodany ogółem: 268.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.38 g; Sód: 2235.23 mg; Potas: 3711.79 mg; Wapń: 838.77 mg; Fosfor: 1461.39 mg; Błonnik pokarmowy: 26.22 g; suma cukrów prostych: 34.58 g; Woda: 1231.29 g; Popiół: 15.15 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-09-24 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), Serek śmietankowy w plastarach naturalny 10g, Jogurt owocowy b/c szt 1g, Pomidor 50g, Kakao 300ml (MLEKO), Salata 10g,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Jajka w sosie koperkowym 2 szt./100ml 1Por (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Szpinak gotowany, skropiony olejem 60g (MLEKO), Kompot owocowy 300ml, Ziemniaki gotowane 60g, Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),	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, Szynka dębowa drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1383.94 kcal; Energia: 5796.35 kJ; Białko ogółem: 70.49 g; białko zwierzęce: 53.00 g; białko roślinne: 11.97 g; Tłuszcz: 73.16 g; Węglowodany ogółem: 121.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.11 g; Sód: 1221.58 mg; Potas: 2267.64 mg; Wapń: 736.11 mg; Fosfor: 1128.41 mg; Błonnik pokarmowy: 15.91 g; suma cukrów prostych: 28.04 g; Woda: 899.40 g; Popiół: 10.44 g;		
czwartek 2026-09-24 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), Serek śmietankowy w plastarach naturalny 30g, Jogurt owocowy b/c szt 1g, Pomidor 50g, Kakao 300ml (MLEKO), Salata 10g,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Jajka w sosie koperkowym 2 szt./100ml 1Por (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Szpinak gotowany, skropiony olejem 100g (MLEKO), Kompot owocowy 300ml, Ziemniaki gotowane 100g, Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),	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, Szynka dębowa drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1782.46 kcal; Energia: 7462.09 kJ; Białko ogółem: 84.93 g; białko zwierzęce: 56.43 g; białko roślinne: 20.56 g; Tłuszcz: 82.31 g; Węglowodany ogółem: 193.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.87 g; Sód: 1872.58 mg; Potas: 2856.48 mg; Wapń: 853.39 mg; Fosfor: 1372.45 mg; Błonnik pokarmowy: 23.80 g; suma cukrów prostych: 31.66 g; Woda: 1032.97 g; Popiół: 14.19 g;		
czwartek 2026-09-24 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), Serek śmietankowy w plastarach naturalny 50g, Jogurt owocowy b/c szt 1g, Pomidor 50g, Kakao 300ml (MLEKO), Salata 10g,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Jajka w sosie koperkowym 2 szt./100ml 1Por (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Szpinak gotowany, skropiony olejem 120g (MLEKO), Kompot owocowy 300ml, Ziemniaki gotowane 250g, Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),	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, Szynka dębowa drobiowa 30g (., SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 2186.44 kcal; Energia: 9149.67 kJ; Białko ogółem: 100.08 g; białko zwierzęce: 62.76 g; białko roślinne: 26.94 g; Tłuszcz: 96.88 g; Węglowodany ogółem: 251.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.97 g; Sód: 2596.97 mg; Potas: 3798.60 mg; Wapń: 926.15 mg; Fosfor: 1602.25 mg; Błonnik pokarmowy: 29.40 g; suma cukrów prostych: 34.25 g; Woda: 1215.53 g; Popiół: 18.14 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-09-25 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 50g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Serek wiejski 10g (MLEKO, LAKTOZA), Salata 10g ,	Zupa szczawiowa z lanym ciastem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Morszczuk panierowany z pieca 50g (GLUTEN, JAJA, RYBY, SEZAM, ŻYTO, LAKTOZA), Kompot owocowy 300ml , Mizeria z jogurtem naturalnym z dodatkiem oleju 60g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), 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: 884.96 kcal; Energia: 3504.42 kJ; Białko ogółem: 45.54 g; białko zwierzęce: 25.16 g; białko roślinne: 8.82 g; Tłuszcz: 35.58 g; Węglowodany ogółem: 102.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.94 g; Sód: 902.72 mg; Potas: 1475.85 mg; Wapń: 526.16 mg; Fosfor: 604.21 mg; Błonnik pokarmowy: 9.64 g; suma cukrów prostych: 24.72 g; Woda: 664.58 g; Popiół: 7.15 g;		
piątek 2026-09-25 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Chleb razowy 30g , Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 50g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Serek wiejski 30g (MLEKO, LAKTOZA), Salata 10g ,	Zupa szczawiowa z lanym ciastem 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Morszczuk panierowany z pieca 90g (GLUTEN, JAJA, RYBY, SEZAM, ŻYTO, LAKTOZA), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 100g , Mizeria z jogurtem naturalnym z dodatkiem oleju 100g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), 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: 1418.41 kcal; Energia: 5576.42 kJ; Białko ogółem: 70.01 g; białko zwierzęce: 30.25 g; białko roślinne: 19.34 g; Tłuszcz: 46.67 g; Węglowodany ogółem: 190.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.96 g; Sód: 2073.75 mg; Potas: 2339.82 mg; Wapń: 646.83 mg; Fosfor: 915.64 mg; Błonnik pokarmowy: 15.99 g; suma cukrów prostych: 29.80 g; Woda: 895.73 g; Popiół: 12.40 g;		
piątek 2026-09-25 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Chleb razowy 50g , Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 30g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 50g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA), Salata 10g ,	Zupa szczawiowa z lanym ciastem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Morszczuk panierowany z pieca 90g (GLUTEN, JAJA, RYBY, SEZAM, ŻYTO, LAKTOZA), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 230g , Mizeria z jogurtem naturalnym z dodatkiem oleju 120g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), 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: 1816.71 kcal; Energia: 7242.44 kJ; Białko ogółem: 86.03 g; białko zwierzęce: 38.71 g; białko roślinne: 25.39 g; Tłuszcz: 60.34 g; Węglowodany ogółem: 246.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.69 g; Sód: 2774.45 mg; Potas: 3174.55 mg; Wapń: 716.08 mg; Fosfor: 1141.52 mg; Błonnik pokarmowy: 19.72 g; suma cukrów prostych: 32.55 g; Woda: 1097.17 g; Popiół: 16.14 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-09-25 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Chleb zwykły 50g (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 10g (MLEKO, LAKTOZA), Salata 10g,	Zupa szczawiowa z lanym ciastem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Morszczuk parowany 50g (GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kompot owocowy 300ml, Ziemniaki gotowane 60g, Szpinak gotowany, skropiony olejem 60g (MLEKO), Sos koperkowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), 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: 917.15 kcal; Energia: 3649.22 kJ; Białko ogółem: 47.59 g; białko zwierzęce: 25.80 g; białko roślinne: 11.53 g; Tłuszcz: 33.42 g; Węglowodany ogółem: 118.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.93 g; Sód: 1161.42 mg; Potas: 1833.73 mg; Wapń: 558.09 mg; Fosfor: 694.49 mg; Błonnik pokarmowy: 14.23 g; suma cukrów prostych: 25.16 g; Woda: 693.55 g; Popiół: 9.07 g;		
piątek 2026-09-25 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), Morszczuk parowany 90g (GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kompot owocowy 300ml, Ziemniaki gotowane 100g, Szpinak gotowany, skropiony olejem 100g (MLEKO), Ziemniaki gotowane 230g, Sos koperkowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), 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: 1505.29 kcal; Energia: 5957.29 kJ; Białko ogółem: 74.47 g; białko zwierzęce: 32.32 g; białko roślinne: 24.97 g; Tłuszcz: 41.21 g; Węglowodany ogółem: 226.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.84 g; Sód: 2502.06 mg; Potas: 3300.05 mg; Wapń: 659.88 mg; Fosfor: 1062.59 mg; Błonnik pokarmowy: 21.86 g; suma cukrów prostych: 29.76 g; Woda: 1007.83 g; Popiół: 16.04 g;		
piątek 2026-09-25 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), Morszczuk parowany 90g (GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kompot owocowy 300ml, Ziemniaki gotowane 230g, Szpinak gotowany, skropiony olejem 120g (MLEKO), Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), 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: 1724.72 kcal; Energia: 6874.54 kJ; Białko ogółem: 87.50 g; białko zwierzęce: 43.22 g; białko roślinne: 27.10 g; Tłuszcz: 55.11 g; Węglowodany ogółem: 239.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.11 g; Sód: 2773.33 mg; Potas: 3161.20 mg; Wapń: 745.13 mg; Fosfor: 1212.18 mg; Błonnik pokarmowy: 23.56 g; suma cukrów prostych: 31.81 g; Woda: 1029.91 g; Popiół: 16.96 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-09-26 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), Ser mozzarella light (kulka) 10g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pieczeń rzymska drobiowa 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Kasza pęczak 60g , Surówka colesław, skropiona olejem 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 , Pasta twarogowa z koperkiem 10g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),
Wartości odżywcze: Energia: 1298.13 kcal; Energia: 5441.88 kJ; Białko ogółem: 56.47 g; białko zwierzęce: 37.13 g; białko roślinne: 17.44 g; Tłuszcz: 46.89 g; Węglowodany ogółem: 177.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.41 g; Sód: 1087.10 mg; Potas: 2467.94 mg; Wapń: 840.54 mg; Fosfor: 1012.45 mg; Błonnik pokarmowy: 16.62 g; suma cukrów prostych: 48.78 g; Woda: 1019.82 g; Popiół: 10.94 g;		
sobota 2026-09-26 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Chleb razowy 80g , Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Polędwica premium 20g , Ser mozzarella light (kulka) 30g , Brzoskwinia 150g , Salata 10g , Pomidor 50g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN),	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pieczeń rzymska drobiowa 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Kasza pęczak 100g , Surówka colesław, skropiona olejem 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), Pasta twarogowa z koperkiem 30g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1955.60 kcal; Energia: 8193.90 kJ; Białko ogółem: 84.40 g; białko zwierzęce: 48.32 g; białko roślinne: 30.39 g; Tłuszcz: 62.34 g; Węglowodany ogółem: 284.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.36 g; Sód: 1644.68 mg; Potas: 3175.45 mg; Wapń: 1004.13 mg; Fosfor: 1375.87 mg; Błonnik pokarmowy: 24.12 g; suma cukrów prostych: 54.73 g; Woda: 1213.66 g; Popiół: 14.85 g;		
sobota 2026-09-26 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (MLEKO), Chleb razowy 100g , Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Polędwica premium 30g , Ser mozzarella light (kulka) 50g , Pomidor 50g , Brzoskwinia 150g , Salata 10g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN),	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pieczeń rzymska drobiowa 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Kasza pęczak 230g , Surówka colesław, skropiona olejem 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 , Pasta twarogowa z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),
Wartości odżywcze: Energia: 2512.60 kcal; Energia: 10525.44 kJ; Białko ogółem: 105.25 g; białko zwierzęce: 56.00 g; białko roślinne: 39.75 g; Tłuszcz: 80.10 g; Węglowodany ogółem: 366.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.53 g; Sód: 1967.43 mg; Potas: 3542.48 mg; Wapń: 1120.85 mg; Fosfor: 1643.53 mg; Błonnik pokarmowy: 29.71 g; suma cukrów prostych: 59.26 g; Woda: 1306.00 g; Popiół: 17.10 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-09-26 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 , Ser mozzarella light (kulka) 10g , Sałata 10g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pieczeń rzymska drobiowa 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Kasza jęczmienna gotowana 60g (GLUTEN), Cukinia duszona, skropiona olejem 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 , Pasta twarogowa z koperkiem 10g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),
Wartości odżywcze: Energia: 1337.97 kcal; Energia: 5609.49 kJ; Białko ogółem: 57.57 g; białko zwierzęce: 37.42 g; białko roślinne: 18.26 g; Tłuszcz: 44.92 g; Węglowodany ogółem: 193.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.42 g; Sód: 1166.12 mg; Potas: 2624.47 mg; Wapń: 834.43 mg; Fosfor: 1126.19 mg; Błonnik pokarmowy: 19.20 g; suma cukrów prostych: 49.44 g; Woda: 1036.31 g; Popiół: 11.47 g;		
sobota 2026-09-26 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Polędwica premium 20g , Brzoskwinia 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pomidor 50g , Ser mozzarella light (kulka) 30g , Sałata 10g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pieczeń rzymska drobiowa 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Kasza jęczmienna gotowana 100g (GLUTEN), Cukinia duszona, skropiona olejem 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 , Pasta twarogowa z koperkiem 30g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),
Wartości odżywcze: Energia: 1967.96 kcal; Energia: 8247.91 kJ; Białko ogółem: 84.92 g; białko zwierzęce: 49.00 g; białko roślinne: 30.21 g; Tłuszcz: 58.76 g; Węglowodany ogółem: 301.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.30 g; Sód: 1913.56 mg; Potas: 3393.08 mg; Wapń: 1000.99 mg; Fosfor: 1593.68 mg; Błonnik pokarmowy: 29.28 g; suma cukrów prostych: 56.26 g; Woda: 1220.22 g; Popiół: 15.78 g;		
sobota 2026-09-26 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (MLEKO), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Polędwica premium 30g , Brzoskwinia 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pomidor 50g , Ser mozzarella light (kulka) 50g , Sałata 10g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pieczeń rzymska drobiowa 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Kasza jęczmienna gotowana 230g (GLUTEN), Cukinia duszona, skropiona olejem 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 , Pasta twarogowa z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),
Wartości odżywcze: Energia: 2733.43 kcal; Energia: 11451.93 kJ; Białko ogółem: 109.86 g; białko zwierzęce: 57.02 g; białko roślinne: 43.34 g; Tłuszcz: 77.55 g; Węglowodany ogółem: 434.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.88 g; Sód: 2324.13 mg; Potas: 4095.98 mg; Wapń: 1140.51 mg; Fosfor: 2056.92 mg; Błonnik pokarmowy: 40.69 g; suma cukrów prostych: 61.88 g; Woda: 1351.23 g; Popiół: 19.24 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-09-27 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Kakao 300ml (MLEKO), Pomidor 50g , Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Parówka drobiowa min. 75% 60g , Serek włoski 10g (MLEKO), 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 , Kapusta czerwona gotowana, skropiona olejem 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek śmietankowy w plastarch naturalny 10g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 20g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1241.72 kcal; Energia: 5196.68 kJ; Białko ogółem: 53.27 g; białko zwierzęce: 38.10 g; białko roślinne: 14.07 g; Tłuszcz: 55.92 g; Węglowodany ogółem: 144.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.51 g; Sód: 1108.21 mg; Potas: 2566.48 mg; Wapń: 706.91 mg; Fosfor: 846.08 mg; Błonnik pokarmowy: 13.89 g; suma cukrów prostych: 43.89 g; Woda: 921.47 g; Popiół: 10.35 g;		
niedziela 2026-09-27 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Kakao 300ml (MLEKO), Pomidor 50g , Chleb razowy 80g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Parówka drobiowa min. 75% 60g , Serek włoski 30g (MLEKO), 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 , Kapusta czerwona gotowana, skropiona olejem 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Serek śmietankowy w plastarch naturalny 30g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 20g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1773.20 kcal; Energia: 7419.60 kJ; Białko ogółem: 78.10 g; białko zwierzęce: 51.02 g; białko roślinne: 23.56 g; Tłuszcz: 71.52 g; Węglowodany ogółem: 220.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.10 g; Sód: 1490.57 mg; Potas: 3198.38 mg; Wapń: 783.70 mg; Fosfor: 1118.16 mg; Błonnik pokarmowy: 19.05 g; suma cukrów prostych: 46.46 g; Woda: 1071.96 g; Popiół: 13.11 g;		
niedziela 2026-09-27 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Kakao 300ml (MLEKO), Pomidor 50g , Chleb razowy 100g , Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Parówka drobiowa min. 75% 60g , Serek włoski 50g (MLEKO), 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 , Kapusta czerwona gotowana, skropiona olejem 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Serek śmietankowy w plastarch naturalny 50g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2191.88 kcal; Energia: 9165.02 kJ; Białko ogółem: 92.92 g; białko zwierzęce: 57.08 g; białko roślinne: 30.33 g; Tłuszcz: 87.11 g; Węglowodany ogółem: 278.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.14 g; Sód: 2018.20 mg; Potas: 3950.89 mg; Wapń: 838.95 mg; Fosfor: 1292.24 mg; Błonnik pokarmowy: 23.30 g; suma cukrów prostych: 48.73 g; Woda: 1236.52 g; Popiół: 16.32 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-09-27 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), Serek włoski 10g (MLEKO), 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 , Brokuły parowane, skropione olejem 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), 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: 1197.43 kcal; Energia: 5014.32 kJ; Białko ogółem: 53.18 g; białko zwierzęce: 38.40 g; białko roślinne: 13.68 g; Tłuszcz: 54.40 g; Węglowodany ogółem: 138.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.44 g; Sód: 1252.14 mg; Potas: 2635.11 mg; Wapń: 715.33 mg; Fosfor: 904.83 mg; Błonnik pokarmowy: 15.18 g; suma cukrów prostych: 44.45 g; Woda: 919.85 g; Popiół: 10.81 g;		
niedziela 2026-09-27 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), Serek włoski 30g (MLEKO), 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 , Brokuły parowane, skropione olejem 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), 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: 1675.98 kcal; Energia: 7015.51 kJ; Białko ogółem: 77.70 g; białko zwierzęce: 51.93 g; białko roślinne: 22.48 g; Tłuszcz: 68.36 g; Węglowodany ogółem: 209.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.88 g; Sód: 1879.56 mg; Potas: 3388.16 mg; Wapń: 817.35 mg; Fosfor: 1267.96 mg; Błonnik pokarmowy: 22.95 g; suma cukrów prostych: 48.22 g; Woda: 1080.76 g; Popiół: 14.53 g;		
niedziela 2026-09-27 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), Serek włoski 50g (MLEKO), 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 , Brokuły parowane, skropione olejem 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), 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: 2082.09 kcal; Energia: 8712.63 kJ; Białko ogółem: 92.61 g; białko zwierzęce: 58.13 g; białko roślinne: 28.98 g; Tłuszcz: 84.23 g; Węglowodany ogółem: 264.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.13 g; Sód: 2503.66 mg; Potas: 4185.35 mg; Wapń: 879.80 mg; Fosfor: 1477.33 mg; Błonnik pokarmowy: 28.21 g; suma cukrów prostych: 50.88 g; Woda: 1246.49 g; Popiół: 18.09 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-09-28 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Pomidor 50g , Chleb razowy 30g , 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), Sałata 10g ,	zupa pieczarkowa z ziemniakami 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowo-warzywny 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki 60g , Sałata z sosem vinegrette i słonecznikiem 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Sos pomidorowy 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: 1106.43 kcal; Energia: 4493.06 kJ; Białko ogółem: 50.70 g; białko zwierzęce: 35.41 g; białko roślinne: 13.93 g; Tłuszcz: 45.73 g; Węglowodany ogółem: 137.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.40 g; Sód: 1068.69 mg; Potas: 2789.36 mg; Wapń: 634.04 mg; Fosfor: 938.73 mg; Błonnik pokarmowy: 14.72 g; suma cukrów prostych: 37.81 g; Woda: 1020.95 g; Popiół: 10.97 g;		
poniedziałek 2026-09-28 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), Sałata 10g ,	zupa pieczarkowa z ziemniakami 250g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowo-warzywny 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki 100g , Sałata z sosem vinegrette i słonecznikiem 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Sos pomidorowy 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: 1637.45 kcal; Energia: 6715.37 kJ; Białko ogółem: 73.70 g; białko zwierzęce: 48.23 g; białko roślinne: 23.87 g; Tłuszcz: 59.22 g; Węglowodany ogółem: 220.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.85 g; Sód: 1585.75 mg; Potas: 3583.01 mg; Wapń: 728.78 mg; Fosfor: 1284.29 mg; Błonnik pokarmowy: 20.44 g; suma cukrów prostych: 40.84 g; Woda: 1230.42 g; Popiół: 14.54 g;		
poniedziałek 2026-09-28 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), Sałata 10g ,	zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowo-warzywny 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki 230g , Sałata z sosem vinegrette 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Sos pomidorowy 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: 2043.05 kcal; Energia: 8551.75 kJ; Białko ogółem: 88.11 g; białko zwierzęce: 55.20 g; białko roślinne: 32.32 g; Tłuszcz: 68.47 g; Węglowodany ogółem: 289.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.13 g; Sód: 2178.25 mg; Potas: 4899.40 mg; Wapń: 792.60 mg; Fosfor: 1551.73 mg; Błonnik pokarmowy: 25.44 g; suma cukrów prostych: 43.52 g; Woda: 1483.48 g; Popiół: 19.16 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-09-28 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Pomidor 50g , Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), 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), Sałata 10g ,	Zupa ziemniaczana 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 60g , Sałata z sosem vinegrette 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Sos pomidorowy 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: 1007.24 kcal; Energia: 4220.44 kJ; Białko ogółem: 47.35 g; białko zwierzęce: 35.43 g; białko roślinne: 11.80 g; Tłuszcz: 41.69 g; Węglowodany ogółem: 124.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.94 g; Sód: 1197.20 mg; Potas: 2607.47 mg; Wapń: 632.07 mg; Fosfor: 908.73 mg; Błonnik pokarmowy: 13.91 g; suma cukrów prostych: 37.77 g; Woda: 957.07 g; Popiół: 10.46 g;		
poniedziałek 2026-09-28 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Pomidor 50g , Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), 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 1szt (JAJA), Sałata 10g ,	Zupa ziemniaczana 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowo-warzywny 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki 100g , Sałata z sosem vinegrette 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Sos pomidorowy 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: 1486.02 kcal; Energia: 6225.54 kJ; Białko ogółem: 69.27 g; białko zwierzęce: 48.68 g; białko roślinne: 20.24 g; Tłuszcz: 55.07 g; Węglowodany ogółem: 198.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.41 g; Sód: 1951.16 mg; Potas: 3362.61 mg; Wapń: 750.46 mg; Fosfor: 1306.84 mg; Błonnik pokarmowy: 21.65 g; suma cukrów prostych: 41.71 g; Woda: 1139.71 g; Popiół: 14.52 g;		
poniedziałek 2026-09-28 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Pomidor 50g , Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 30g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Sok NFC 200ml 1szt , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Sałata 10g ,	Zupa ziemniaczana 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 230g , Sałata z sosem vinegrette 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Sos pomidorowy 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: 1913.71 kcal; Energia: 8014.03 kJ; Białko ogółem: 84.70 g; białko zwierzęce: 55.85 g; białko roślinne: 28.27 g; Tłuszcz: 67.24 g; Węglowodany ogółem: 268.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.62 g; Sód: 2642.23 mg; Potas: 4720.40 mg; Wapń: 824.60 mg; Fosfor: 1596.93 mg; Błonnik pokarmowy: 28.25 g; suma cukrów prostych: 44.89 g; Woda: 1394.61 g; Popiół: 19.51 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-09-29 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Ser mozzarella light (kulka) 10g , Papryka 50g , Kakao 300ml (MLEKO), Szynka dębowa drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA), Salata 10g ,	Zupa koperkowa 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, skropiony olejem 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: 1031.04 kcal; Energia: 4323.01 kJ; Białko ogółem: 54.75 g; białko zwierzęce: 40.30 g; białko roślinne: 12.55 g; Tłuszcz: 45.35 g; Węglowodany ogółem: 111.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.71 g; Sód: 1084.73 mg; Potas: 2094.47 mg; Wapń: 581.54 mg; Fosfor: 845.25 mg; Błonnik pokarmowy: 11.22 g; suma cukrów prostych: 27.49 g; Woda: 776.99 g; Popiół: 8.79 g;		
wtorek 2026-09-29 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), Salata 10g ,	Zupa koperkowa 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, skropiony olejem 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: 1766.82 kcal; Energia: 7404.08 kJ; Białko ogółem: 91.54 g; białko zwierzęce: 59.97 g; białko roślinne: 25.87 g; Tłuszcz: 67.09 g; Węglowodany ogółem: 215.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.21 g; Sód: 1592.40 mg; Potas: 3013.70 mg; Wapń: 679.05 mg; Fosfor: 1277.58 mg; Błonnik pokarmowy: 18.36 g; suma cukrów prostych: 37.88 g; Woda: 972.07 g; Popiół: 13.64 g;		
wtorek 2026-09-29 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), Salata 10g ,	Zupa koperkowa 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, skropiony olejem 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: 2188.00 kcal; Energia: 9166.58 kJ; Białko ogółem: 111.66 g; białko zwierzęce: 69.67 g; białko roślinne: 32.49 g; Tłuszcz: 81.97 g; Węglowodany ogółem: 269.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.06 g; Sód: 2252.49 mg; Potas: 3871.50 mg; Wapń: 719.27 mg; Fosfor: 1490.65 mg; Błonnik pokarmowy: 22.61 g; suma cukrów prostych: 39.55 g; Woda: 1129.42 g; Popiół: 17.07 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-09-29		
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 dębową drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA), Sałata 10g,	Zupa koperkowa 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, skropiony olejem 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: 1003.02 kcal; Energia: 4204.39 kJ; Białko ogółem: 54.25 g; białko zwierzęce: 40.63 g; białko roślinne: 11.72 g; Tłuszcz: 45.27 g; Węglowodany ogółem: 106.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.78 g; Sód: 1231.47 mg; Potas: 2207.26 mg; Wapń: 589.56 mg; Fosfor: 880.96 mg; Błonnik pokarmowy: 12.54 g; suma cukrów prostych: 28.24 g; Woda: 757.67 g; Popiół: 9.19 g;		
wtorek 2026-09-29		
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 dębową drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA), Sałata 10g,	Zupa koperkowa 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, skropiony olejem 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: 1732.87 kcal; Energia: 7260.68 kJ; Białko ogółem: 90.91 g; białko zwierzęce: 60.30 g; białko roślinne: 24.91 g; Tłuszcz: 66.80 g; Węglowodany ogółem: 209.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.25 g; Sód: 1700.26 mg; Potas: 3124.96 mg; Wapń: 686.81 mg; Fosfor: 1312.45 mg; Błonnik pokarmowy: 19.65 g; suma cukrów prostych: 38.63 g; Woda: 952.49 g; Popiół: 13.93 g;		
wtorek 2026-09-29		
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 dębową drobiowa 30g (., SELER, GORCZYCA), Sałata 10g,	Zupa koperkowa 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, skropiony olejem 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: 2149.38 kcal; Energia: 9004.13 kJ; Białko ogółem: 111.09 g; białko zwierzęce: 70.22 g; białko roślinne: 31.38 g; Tłuszcz: 81.98 g; Węglowodany ogółem: 264.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.19 g; Sód: 2498.03 mg; Potas: 4032.89 mg; Wapń: 739.30 mg; Fosfor: 1560.16 mg; Błonnik pokarmowy: 25.10 g; suma cukrów prostych: 40.81 g; Woda: 1116.70 g; Popiół: 17.88 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-09-30 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Zupa mleczna z kaszą manną 200ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szyńka z piersi kurczaka 20g , Pomidor 50g , Śliwka 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Serek śmietankowy w plastarch naturalny 10g , Salata 10g ,	Zupa barszcz czerwony z fasolą Jaś 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Leczo z indykiem, z dodatkiem oleju 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Makaron pszenny gotowany 60g (GLUTEN, JAJA), 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: 1211.98 kcal; Energia: 4993.96 kJ; Białko ogółem: 62.99 g; białko zwierzęce: 41.21 g; białko roślinne: 16.02 g; Tłuszcz: 41.57 g; Węglowodany ogółem: 159.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.35 g; Sód: 1266.55 mg; Potas: 2297.52 mg; Wapń: 802.77 mg; Fosfor: 988.76 mg; Błonnik pokarmowy: 14.49 g; suma cukrów prostych: 44.74 g; Woda: 966.16 g; Popiół: 10.03 g;		
środa 2026-09-30 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Zupa mleczna z kaszą manną 200ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 80g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szyńka z piersi kurczaka 20g , Pomidor 50g , Śliwka 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Serek śmietankowy w plastarch naturalny 30g , Salata 10g ,	Zupa barszcz czerwony z fasolą Jaś 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Leczo z indykiem, z dodatkiem oleju 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Makaron pszenny gotowany 90g (GLUTEN, JAJA), 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: 1644.18 kcal; Energia: 6800.34 kJ; Białko ogółem: 78.45 g; białko zwierzęce: 44.19 g; białko roślinne: 26.14 g; Tłuszcz: 49.11 g; Węglowodany ogółem: 238.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.84 g; Sód: 1545.28 mg; Potas: 2684.03 mg; Wapń: 853.17 mg; Fosfor: 1154.84 mg; Błonnik pokarmowy: 19.48 g; suma cukrów prostych: 47.05 g; Woda: 1042.19 g; Popiół: 11.88 g;		
środa 2026-09-30 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Zupa mleczna z kaszą manną 200ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 100g , Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szyńka z piersi kurczaka 30g , Pomidor 50g , Śliwka 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Serek śmietankowy w plastarch naturalny 50g , Salata 10g ,	Zupa barszcz czerwony z fasolą Jaś 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Leczo z indykiem, z dodatkiem oleju 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Makaron pszenny gotowany 130g (GLUTEN, JAJA), 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: 2104.32 kcal; Energia: 8680.31 kJ; Białko ogółem: 102.22 g; białko zwierzęce: 56.62 g; białko roślinne: 33.11 g; Tłuszcz: 68.85 g; Węglowodany ogółem: 288.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.10 g; Sód: 1839.65 mg; Potas: 3231.71 mg; Wapń: 914.98 mg; Fosfor: 1428.00 mg; Błonnik pokarmowy: 23.57 g; suma cukrów prostych: 48.93 g; Woda: 1197.20 g; Popiół: 14.16 g;		
środa 2026-09-30 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Zupa mleczna z kaszą manną 200ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szyńka z piersi kurczaka 20g , Pomidor 50g , Brzoskwinia 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Serek śmietankowy w plastarch naturalny 10g , Salata 10g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Leczo bez papryki z indykiem, z dodatkiem oleju 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Makaron pszenny gotowany 60g (GLUTEN, JAJA), 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: 1165.76 kcal; Energia: 4803.59 kJ; Białko ogółem: 60.56 g; białko zwierzęce: 41.54 g; białko roślinne: 13.26 g; Tłuszcz: 41.49 g; Węglowodany ogółem: 151.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.40 g; Sód: 1414.73 mg; Potas: 2278.25 mg; Wapń: 782.59 mg; Fosfor: 987.58 mg; Błonnik pokarmowy: 14.44 g; suma cukrów prostych: 49.02 g; Woda: 1005.57 g; Popiół: 10.54 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-09-30		
Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Zupa mleczna z kaszą manną 200ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z piersi kurczaka 20g , Pomidor 50g , Brzoskwinia 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Serek śmietankowy w plastarch naturalny 30g , Salata 10g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Leczo bez papryki z indykiem, z dodatkiem oleju 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Makaron pszenny gotowany 90g (GLUTEN, JAJA), 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: 1557.61 kcal; Energia: 6442.33 kJ; Białko ogółem: 74.93 g; białko zwierzęce: 45.07 g; białko roślinne: 21.73 g; Tłuszcz: 49.11 g; Węglowodany ogółem: 223.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.03 g; Sód: 1939.43 mg; Potas: 2714.00 mg; Wapń: 855.46 mg; Fosfor: 1218.41 mg; Błonnik pokarmowy: 21.52 g; suma cukrów prostych: 52.53 g; Woda: 1087.79 g; Popiół: 13.22 g;		
środa 2026-09-30		
Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Zupa mleczna z kaszą manną 200ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szynka z piersi kurczaka 30g , Pomidor 50g , Brzoskwinia 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Serek śmietankowy w plastarch naturalny 50g , Salata 10g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Leczo bez papryki z indykiem, z dodatkiem oleju 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Makaron pszenny gotowany 130g (GLUTEN, JAJA), 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: 1990.26 kcal; Energia: 8207.49 kJ; Białko ogółem: 97.55 g; białko zwierzęce: 57.72 g; białko roślinne: 27.34 g; Tłuszcz: 68.77 g; Węglowodany ogółem: 269.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.33 g; Sód: 2331.23 mg; Potas: 3210.30 mg; Wapń: 920.33 mg; Fosfor: 1502.24 mg; Błonnik pokarmowy: 25.74 g; suma cukrów prostych: 54.81 g; Woda: 1229.18 g; Popiół: 15.65 g;		

Dietetyk

.....