

Odbiorca	Data	Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Wartość odżywcza
Szpitala Dziecięcego im. prof. dr. med. J. Bogdanowicza ul. Niekańska 4/24, 03-924 Warszawa	2024.12.28 sobota	Podstawowa	Płatki ryżowe na mleku 300 ml (MI) Ser topiony 40 g (MI) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Ogórek 40 g dżem 15 g	Zupa zacierkowa 300 ml (GI,J) Leczo z indykiem (cukinia, brokuł, kalafior, marchewka, papryka, pomidor) 180 g Kasza kuskus 180 g (GI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Serek homog. waniliowy (wyr.własny) 200g (MI) owoc	Schab pieczony (wyr. własny) 40 g Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Papryka czerwona 40 g Posilek wieczorny: herbatniki 4 szt. (G,MI), sok jabłkowy w kartoniku	Energia: 2155 kcal Białko: 74 g Tł. Ogółem: 42 g Kw. Nasycone: 17 Węgl./w tym cukry:301 g/23g Błonnik: 22g Sód:1368 mg
		Lekkostrawna	Płatki ryżowe na mleku 300 ml (MI) szynka wp. 40 g (Sj) Masło 15 g(MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g dżem 15 g	Zupa zacierkowa 300 ml (GI,J) Leczo z indykiem lekkostrawne (cukinia, marchewka, pomidor) 180 g Kasza kuskus 180 g (GI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Serek homog. waniliowy (wyr.własny) 200g (MI) owoc	Schab pieczony (wyr. własny) 40 g Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g Posilek wieczorny: herbatniki 4 szt. (G,MI), sok jabłkowy w kartoniku	Energia: 2180 kcal Białko: 76,3 g Tł. Ogółem: 44 Kw. Nasycone: 20 g Węgl./w tym cukry:315 g/26g Błonnik: 23g Sód:1378 mg
		II rok życia <i>*dodatek dla diety bogatobiałk</i>	Płatki ryżowe na mleku 300 ml (MI) szynka wp. 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 100 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g dżem 15 g <i>* Jajko got. 1 szt. (J)</i>	Zupa zacierkowa 300 ml (GI,J) Leczo z indykiem(cukinia, marchewka, pomidor) 180 g Kasza kuskus 180 g (GI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>*indyk got. 85 g</i>	Serek homog. waniliowy (wyr.własny) 200g (MI) owoc	Schab pieczony (wyr. własny) 40 g Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g <i>*Szynka drobiowa 40 g (Sj)</i> Posilek wieczorny: herbatniki 4 szt. (G,MI), sok jabłkowy w kartoniku	Energia: 1003 kcal / *1101 kcal Białko: 49 g / *63 g Tł. Ogółem: 38 g / * 43g Kw. Nasycone: 8 g / * 10g Węgl./w tym cukry:162 g / 14g *161 / 14g Błonnik: 9g / *9g Sód:750 mg / *829g <i>*wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym</i>
		Bogaobiałkowa Oparzeniowa	Płatki ryżowe na mleku 300 ml (MI) Ser topiony 40 g (MI) Jajko got. 1 szt. (J) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g(GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Ogórek 40 g dżem 15 g	Zupa zacierkowa 300 ml (GI,J) Leczo z indykiem (cukinia, brokuł, kalafior, marchewka, papryka, pomidor) 180 g Kurczak got. 85 g Kasza kuskus 180 g (GI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Serek homog. waniliowy (wyr.własny) 200g (MI) owoc	Schab pieczony (wyr. własny) 40 g Szynka drobiowa 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Papryka czerwona 40 g Posilek wieczorny: herbatniki 4 szt. (G,MI), sok jabłkowy w kartoniku	Energia: 2189 kcal Białko: 106 g Tł. Ogółem: 45 g Kw. Nasycone: 18 g Węgl./w tym cukry:302 g/24g Błonnik: 22g Sód:1604 mg

*Skróty alergenów: MI - mleko, GI - gluten, Sj - soja, S - seler, J - jajka, R - ryba, G – gorczyca

Zastrzegamy sobie prawa do zmiany jadłospisu z przyczyn od nas niezależnych.

Odbiorca	Data	Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Wartość odżywcza
Szpitala Dziecięcego im. prof. dr. med. J. Bogdanowicza ul. Niekańska 4/24, 03-924 Warszawa	2024.12.29 niedziela	Podstawowa	Płatki żytnie na mleku 300 ml (MI,GI) Szynka wiejska 40g (Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (GI) Kotlet z piersi kurczaka 85 g (GI,J) ziemniaki 180 g buraczki 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Kisiel morelowy 200 ml owoc	Pasta rybna 60 g (MI,R) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g Posilek wieczorny: Ciastka wielozbożowe Witanella 4 szt. (GI,J,MI), owoc	Energia: 2007 kcal Białko: 97g Tł. Ogółem: 42 g Kw. Nasycone: 16g Węgl./w tym cukry:302 g/25g Błonnik: 23g Sód:1329 mg
		Lekkostrawna	Płatki żytnie na mleku 300 ml (MI,GI) Szynka wiejska 40g (Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (GI) Pierś z kurczaka w sosie 85 g + 80 g (GI) ziemniaki 180 g buraczki 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Kisiel morelowy 200 ml owoc	Ser biały 60 g (MI) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g Posilek wieczorny: Ciastka wielozbożowe Witanella 4 szt. (GI,J,MI), owoc	Energia: 2006 kcal Białko: 97,3 g Tł. Ogółem: 40g Kw. Nasycone: 16,1 g Węgl./w tym cukry:302 g/25g Błonnik: 23g Sód:1319 mg
		II rok życia <i>*dodatek dla diety bogatobiałk.</i>	Płatki żytnie na mleku 300 ml (MI,GI) Szynka wiejska 40g (Sj) Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 100 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g <i>* Szynka wiejska 30g (Sj)</i>	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (GI) Pierś z kurczaka w sosie 85 g + 80 g (GI) ziemniaki 180 g buraczki 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>*pierś kurczaka 85 g</i>	Kisiel morelowy 200 ml owoc	Ser biały 60 g (MI) Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g <i>* Ser biały 60 g (MI)</i> Posilek wieczorny: Ciastka wielozbożowe Witanella 4 szt. (GI,J,MI), owoc	Energia: 1005 kcal / *1122 kcal Białko: 48 g / *64 g Tł. Ogółem: 37 g / *44g Kw. Nasycone: 9 g / *10g Węgl./w tym cukry:15 g / 15g *159/14g Błonnik: 9,5g / *9,5g Sód:758 mg / *832g <i>*wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym</i>
		Bogatobiałkowa Oparzeniowa	Płatki żytnie na mleku 300 ml (MI,GI) Szynka wiejska 80g (Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata z cukrem 200 ml Sałata 10 g	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (GI) Kotlet z piersi kurczaka 85 g (GI,J) ziemniaki 180 g buraczki 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Kisiel morelowy 200 ml owoc	Pasta rybna 120 g (MI,R) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g Posilek wieczorny: Ciastka wielozbożowe Witanella 4 szt. (GI,J,MI), owoc	Energia: 2107 kcal Białko: 109 g Tł. Ogółem: 48 g Kw. Nasycone: 19 g Węgl./w tym cukry:302 g/24g Błonnik: 22g Sód:1449 mg

*Skróty alergenów: MI - mleko, GI - gluten, Sj - soja, S - seler, J - jaja, R - ryba, G – gorczyca

Zastrzegamy sobie prawa do zmiany jadłospisu z przyczyn od nas niezależnych.

Odbiorca	Data	Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Wartość odżywcza
Szpitala Dziecięcego im. prof. dr. med. J. Bogdanowicza ul. Niekańska 4/24, 03-924 Warszawa	2024.12.30. poniedziałek	Podstawowa	Kakao na mleku 250 ml(MI)* Filet kruchy drobiowy 40g(Sj) Jajko got. ½ szt. (J) Masło 15 g (MI) Chleb pełnoziarnisty 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Ogórek kiszony 40g	Zupa kapuśniak 300 ml (GI) Kluski leniwe polane masłem 270 g (GI,MI) Surówka z marchewki i jabłka 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Chrupki kukurydziane 15 g owoc	Parówka z szynki na ciepło 2 szt. (Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g Ketchup 15 g Posilek wieczorny: jogurt owocowy 150 g (MI), wafle ryżowe 2 szt.	Energia: 2015 kcal Białko: 94,6 g Tł. Ogółem: 40 g Kw. Nasycone: 17 g Węgl./w tym cukry:324 g/25g Błonnik: 21,6g Sód:1349 mg
		Lekkostrawna	Zacierki na mleku 300 ml (MI,GI,J) Filet kruchy drobiowy 40g (Sj) Jajko got. ½ szt. (J) Masło 15 g (MI) Chleb pełnoziarnisty 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40g	Zupa jarzynowa 300 ml (GI) Kluski leniwe polane masłem 270 g (GI,MI) Surówka z marchewki i jabłka 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Chrupki kukurydziane 15 g owoc	Parówka z szynki na ciepło 2 szt. (Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g Ketchup 15 g Posilek wieczorny: jogurt owocowy 150 g (MI), wafle ryżowe 2 szt.	Energia: 2102 kcal Białko: 93 g Tł. Ogółem: 40 g Kw. Nasycone: 17 g Węgl./w tym cukry:324 g/25g Błonnik: 21,6g Sód:1349 mg
		II rok życia <i>*dodatek dla diety bogatobiałk.</i>	Zacierki na mleku 300 ml (MI,GI,J)* Filet kruchy drobiowy 40g (Sj) Jajko got. ½ szt. (J) Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 100 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40g miód 30 g <i>* jajko got.1/2 szt. (J)</i>	Zupa jarzynowa 300 ml (GI) Kluski leniwe polane masłem 270 g (GI,MI) Surówka z marchewki i jabłka 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>*Ser homogenizowany 100 g</i>	Chrupki kukurydziane 15 g owoc	Parówka z szynki na ciepło 2 szt. (Sj) Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g <i>* Parówka z szynki na ciepło 1 szt. (Sj)</i> Posilek wieczorny: jogurt owocowy 150 g (MI), wafle ryżowe 2 szt.	Energia: 1010 kcal / *1110 kcal Białko: 48 g / *64 g Tł. Ogółem: 37 g / * 43g Kw. Nasycone: 8 g / * 10g Węgl./w tym cukry:158 g / 15g *158 / 15g Błonnik: 9g / *9,5g Sód:750 mg / *830g <i>*wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym</i>
		Bogatobiałkowa oparzeniowa	Zacierki na mleku 300 ml (MI,GI,J) Filet kruchy drobiowy 40g (Sj) jajko got. 1 szt. (J) Masło 15 g (MI) Chleb pełnoziarnisty 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Ogórek kiszony 40g miód 30 g	Zupa kapuśniak 300 ml (GI) Kluski leniwe polane masłem 270 g (GI,MI) Ser homogenizowany 100 g Surówka z marchewki i jabłka 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Chrupki kukurydziane 15 g owoc	Parówka z szynki na ciepło 3 szt. (Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g ketchup 15g Posilek wieczorny: jogurt owocowy 150 g (MI), wafle ryżowe 2 szt.	Energia: 2180 kcal Białko: 114 g Tł. Ogółem: 47 g Kw. Nasycone: 19g Węgl./w tym cukry:320 g/23g Błonnik: 22g Sód:1440 mg

*Skróty alergenów: MI - mleko, GI - gluten, Sj - soja, S - seler, J - jajka, R - ryba, G – gorczyca

Zastrzegamy sobie prawa do zmiany jadłospisu z przyczyn od nas niezależnych.

Odbiorca	Data	Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Wartość Odżywcza
Szpitala Dziecięcego im. prof. dr. med. J. Bogdanowicza ul. Niektłaska 4/24, 03-924 Warszawa	2024.12.31. wtorek	Podstawowa	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MI)* Ser żółty 40g (MI) Masło 15 g(MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g(GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40g	Zupa barszcz czerwony 300 ml (GI) Pieczeń rzymska w sosie 85 g + 80 g (GI,J) ryż 180 g brokuł na parze 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Budyń śmietankowy 150 ml (MI) owoc	Pasztet drobiowy 50 g (GI,J,S,MI) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Ogórek kiszony 40 g Posilek wieczorny: ciastka owsiane 2 szt. (GI), sok jabłkowy w kartoniku	Energia: 2017 kcal Białko: 91 g Tł. Ogółem: 49 g Kw. Nasycone: 19 g Węgl./w tym cukry:280 g/19g Błonnik: 24g Sód:1256 mg
		Lekkostrawna	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MI) Szynka z indyka 40g(Sj) Masło 15 g(MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g(GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40g	Zupa barszcz czerwony 300 ml (GI) Pieczeń rzymska w sosie 85 g + 80 g (GI,J) ryż 180 g brokuł na parze 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Budyń śmietankowy 150 ml (MI) owoc	Polędwica drobiowa 40 g(Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g Posilek wieczorny: ciastka owsiane 2 szt. (GI), sok jabłkowy w kartoniku	Energia: 2017 kcal Białko: 90 g Tł. Ogółem: 49 g Kw. Nasycone: 19 g Węgl./w tym cukry:280 g/19g Błonnik: 24g Sód:1259 mg
		II rok życia <i>*dodatek dla diety bogatobiałk.</i>	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MI) Szynka z indyka 40g(Sj) Masło 15 g(MI) Bułka pszenna 100 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40g <i>*szynka z indyka 40 g (Sj)</i>	Zupa barszcz czerwony 300 ml (GI) Pieczeń rzymska w sosie 85 g + 80 g (GI,J) ryż 180 g brokuł na parze 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>*pieczeń rzymska 80 g</i>	Budyń śmietankowy 150 ml (MI) owoc	Polędwica drobiowa 40 g(Sj) Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g <i>*polędwica drobiowa 40 g (Sj)</i> Posilek wieczorny: ciastka owsiane 2 szt. (GI), sok jabłkowy w kartoniku	Energia: 1008 kcal / *1175 kcal Białko: 47 g / *59 g Tł. Ogółem: 39 g /* 43g Kw. Nasycone: 8,4 g /*9,5g Węgl./w tym cukry:162 g / 18g *159 / 19g Błonnik: 10g / *9,5g Sód:744 mg / *817g <i>*wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym</i>
		Bogatobiałkowa Oparzeniowa	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MI) Ser żółty 40g (MI) Szynka z indyka 40g (Sj) Masło 15 g(MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g(GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40g	Zupa barszcz czerwony 300 ml (GI) Pieczeń rzymska w sosie 2 szt. 170 g + 80 g (GI,J) ryż 180 g brokuł na parze 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Budyń śmietankowy 150 ml (MI) owoc	Pasztet drobiowy 50 g (GI,J,S,MI) Polędwica drobiowa 40 g(Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Ogórek kiszony 40 g Posilek wieczorny: ciastka owsiane 2 szt. (GI), sok jabłkowy w kartoniku	Energia: 2105 kcal Białko: 120 g Tł. Ogółem: 49 g Kw. Nasycone: 18 g Węgl./w tym cukry:290 g/21g Błonnik: 23g Sód:1300 mg

*Skróty alergenów: MI - mleko, GI - gluten, Sj - soja, S - seler, J - jaja, R - ryba, G – gorczyca

Zastrzegamy sobie prawa do zmiany jadłospisu z przyczyn od nas niezależnych.

Odbiorca	Data	Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Wartość Odżywcza
Szpitala Dziecięcego im. prof. dr. med. J. Bogdanowicza ul. Niektąńska 4/24, 03-924 Warszawa	2025.01.01. środa	Podstawowa	Płatki jaglane na mleku 300 ml (MI)* Serek homog. 60 g (MI) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g(GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Owoc dżem 30 g	Zupa krupnik 300 ml (GI) spaghetti(GI,J) Surówka z kapusty pekińskiej 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Ciasto wyrób własny (GI) Owoc	Sałatka jarzynowa 60 g Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 10 g Posilek wieczorny: pieczywo Wasa 2 szt. (GI), owoc	Energia: 2109 kcal Białko: 98 g Tł. Ogółem: 59 g Kw. Nasycone: 16,7 g Węgl./w tym cukry:335 g/27g Błonnik: 26g Sód:1357 mg
		Lekkostrawna	Płatki jaglane na mleku 300 ml (MI) Serek homog.60 g (MI) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Owoc dżem 30 g	Zupa krupnik 300 ml (GI) spaghetti(GI,J) Surówka z kapusty pekińskiej 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Ciasto wyrób własny (GI) Owoc	Sałatka jarzynowa lekkostrawna bez cebuli, groszku z jogurtem naturalnym 60 g Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 10 g Posilek wieczorny: pieczywo Wasa 2 szt. (GI), owoc	Energia: 2198 kcal Białko: 98 g Tł. Ogółem: 59 g Kw. Nasycone: 17,7 g Węgl./w tym cukry:335 g/27g Błonnik: 26g Sód:1357 mg
		II rok życia <i>*dodatek dla diety bogatobiałk.</i>	Płatki jaglane na mleku 300 ml (MI) Serek homog.60 g (MI) Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 80 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Owoc dżem 30 g <i>*Serek homog. 60 g (MI)</i>	Zupa krupnik 300 ml (GI) spaghetti.(GI,J) Surówka z kapusty pekińskiej 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>* Pierogi z mięsem 3 szt.(GI,J)</i>	Ciasto wyrób własny (GI) Owoc	Sałatka jarzynowa lekkostrawna bez cebuli, groszku z jogurtem naturalnym 60g Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g <i>*Szynka wp. 40 g (Sj)</i> Posilek wieczorny: pieczywo Wasa 2 szt. (GI), owoc	Energia: 1007 kcal / *1106 kcal Białko: 48 g / *64 g Tł. Ogółem: 37 g /* 43g Kw. Nasycone: 8,5g /* 10g Węgl./w tym cukry:158 g / 15g *158 / 15g Błonnik: 9g / *9,5g Sód:758 mg / *830g <i>*wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym</i>
		Bogatobiałkowa oparzeniowa	Płatki jaglane na mleku 300 ml (MI) Serek homog. 120 g (MI) Masło 15 g(MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Owoc dżem 30 g	Zupa krupnik 300 ml (GI) spaghettit.(GI,J) Surówka z kapusty pekińskiej 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Ciasto wyrób własny (GI) Owoc	Sałatka jarzynowa 60 g Szynka wp. 40 g(Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g Posilek wieczorny: pieczywo Wasa 2 szt. (GI), owoc	Energia: 2278 kcal Białko: 114 g Tł. Ogółem: 46 g Kw. Nasycone: 19 g Węgl./w tym cukry:322 g/24g Błonnik: 24g Sód:1451 mg

*Skróty alergenów: MI - mleko, GI - gluten, Sj - soja, S - seler, J - jaja, R - ryba, G – gorczyca

Zastrzegamy sobie prawa do zmiany jadłospisu z przyczyn od nas niezależnych.

Odbiorca	Data	Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Wartość odżywcza
Szpitala Dziecięcego im. prof. dr. med. J. Bogdanowicza ul. Niekańska 4/24, 03-924 Warszawa	2025.,01.,02. czwartek	Podstawowa	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MI,GI)* Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 60 g (J,G) Masło 15 g (MI) Chleb pełnoziarnisty 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g	Zupa rosół z makaronem 300 ml (GI,J) Kotlet schabowy 85g (GI,J) ziemniaki 180 g buraczki 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Drożdżówka z jabłkiem (GI) owoc	Szynka z indyka 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Papryka czerwona 40 g Posilek wieczorny: jogurt nat. (MI) , pałki kukurydziane 3 szt.	Energia: 2157 kcal Białko: 94g Tł. Ogółem: 60 g Kw. Nasycone: 22 g Węgl./w tym cukry:281 g/25g Błonnik: 22 g Sód:1350 mg
		Lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MI,GI) Pasta jajeczna z koperkiem i jogurtem 60 g (J,MI) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g	Zupa rosół z makaronem 300 ml (GI,J) Schab w sosie 85g + 80g (GI) ziemniaki 180 g buraczki 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Drożdżówka z jabłkiem (GI) owoc	Szynka z indyka 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g Posilek wieczorny: jogurt nat. (MI) , pałki kukurydziane 3 szt.	Energia: 2142 kcal Białko: 94,3 g Tł. Ogółem: 62 g Kw. Nasycone: 22 g Węgl./w tym cukry:281 g/25g Błonnik: 20 g Sód:1352 mg
		II rok życia <i>*dodatek dla diety bogatobiałk.</i>	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MI,GI) Pasta jajeczna z koperkiem i jogurtem 60 g (J,MI) Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 100 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g <i>* Szynka wiejska 30 g (Sj)</i>	Zupa rosół z makaronem 300 ml (GI,J) Schab w sosie 85g + 80g (GI) ziemniaki 180 g buraczki 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>*pulpet 85 g (GI,J)</i>	Drożdżówka z jabłkiem (GI) owoc	Szynka z indyka 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g <i>* Szynka z indyka 40 g (Sj)</i> Posilek wieczorny: jogurt nat. (MI) , pałki kukurydziane 3 szt.	Energia: 997 kcal / *1203 kcal Białko: 54 g / *72 g Tł. Ogółem: 38 g / *42g Kw. Nasycone: 7,5 g / *8g Węgl./w tym cukry:150 g / 13g *154 / 13g Błonnik: 8,5g / *9g Sód:760 mg / *820g <i>*wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym</i>
		Bogatobiałkowa Oparzeniowa	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MI,GI) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 60 g (J,G) Szynka wiejska 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Chleb pełnoziarnisty 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g	Zupa rosół z makaronem 300 ml (GI,J) Kotlet schabowy 2 szt. 170g (GI,J) ziemniaki 180 g buraczki 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Drożdżówka z jabłkiem (GI) owoc	Szynka z indyka 80 g (Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Papryka czerwona 40 g Posilek wieczorny: jogurt nat. (MI) , pałki kukurydziane 3 szt.	Energia: 2109 kcal Białko: 90 g Tł. Ogółem: 64 g Kw. Nasycone: 23 g Węgl./w tym cukry:339 g/27g Błonnik: 22,3g Sód:1324 mg

*Skróty alergenów: **MI** - mleko, **GI** - gluten, **Sj** - soja, **S** - seler, **J** - jaja, **R** - ryba, **G** – gorczyca

Zastrzegamy sobie prawa do zmiany jadłospisu z przyczyn od nas niezależnych.

Odbiorca	Data	Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczerek	Kolacja	Wartość Odżywcza
Szpitala Dziecięcego im. prof. dr. med. J. Bogdanowicza ul. Nieklańska 4/24, 03-924 Warszawa	2025.01.03. piątek	Podstawowa	Kawa zbożowa mleku 250 ml (MI)* Ser żółty 40 g (MI) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g dżem 30 g	Zupa jarzynowa 300 ml (GI) Placki ziemniaczane 2 szt. (GI,J) Surówka z marchewki 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Galaretka agrestowa 200 ml owoc	Pasta z tuńczyka, jajka i koperku (wyr. własny) 60 g (R,J) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Ogórek 40 g Posilek wieczorny: Wafle ryżowe 3 szt. owoc	Energia: 2090 kcal Białko: 89,3 g Tł. Ogółem: 45 g Kw. Nasycone: 16,3 g Węgl./w tym cukry:389 g/28g Błonnik: 24 g Sód:1321 mg
		Lekkostrawna	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MI) Szynka z indyka 40 g(Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g dżem 30 g	Zupa jarzynowa 300 ml (GI) Makaron z polewą jogurtowo - jagodową(180g + 160 g) (GI,J,MI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Galaretka agrestowa 200 ml owoc	Szynka wiejska 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g Posilek wieczorny: Wafle ryżowe 3 szt. owoc	Energia: 2061 kcal Białko: 89 g Tł. Ogółem: 44,3 g Kw. Nasycone: 16 g Węgl./w tym cukry:385 g/27g Błonnik: 24 g Sód:1319 mg
		II rok życia <i>*dodatek dla diety bogatobiałk.</i>	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MI) Szynka z indyka 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 100 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g dżem 30 g <i>*szynka z indyka. 40 g (Sj)</i>	Zupa jarzynowa 300 ml (GI) Makaron z polewą jogurtowo - jagodową (180g + 160 g) (GI,J,MI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>*serek homog. 100 g (MI)</i>	Galaretka agrestowa 200 ml owoc	Szynka wiejska 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g <i>*Szynka wiejska 40 g (Sj)</i> Posilek wieczorny: Wafle ryżowe 3 szt. owoc	Energia: 998 kcal / *1098 kcal Białko: 46 g / *63 g Tł. Ogółem: 39 g / *43g Kw. Nasycone: 8,5 g / *10g Węgl./w tym cukry: 173 g / 17g *173 / 17g Błonnik: 8,5g / *9g Sód:750 mg / *829g <i>*wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym</i>
		Bogatobiałkowa oparzeniowa	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MI) Ser żółty 40 g(MI) Szynka z indyka 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g dżem 30 g	Zupa jarzynowa 300 ml (GI) Placki ziemniaczane 2 szt. (GI,J) Surówka z marchewki 120 g serek homog. 100 g (MI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Galaretka agrestowa 200 ml owoc	Pasta z tuńczyka, jajka i koperku (wyr. własny) 60 g (R,J) Szynka wiejska 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Ogórek 40 g Posilek wieczorny: Wafle ryżowe 3 szt. owoc	Energia: 2119 kcal Białko: 108 g Tł. Ogółem: 48 g Kw. Nasycone: 18g Węgl./w tym cukry:320 g/25g Błonnik: 26g Sód:1600 mg

*Skróty alergenów: MI - mleko, GI - gluten, Sj - soja, S - seler, J - jaja, R - ryba, G – gorczyca

Zastrzegamy sobie prawa do zmiany jadłospisu z przyczyn od nas niezależnych.

Odbiorca	Data	Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Wartość Odżywcza
Szpitala Dziecięcego im. prof. dr. med. J. Bogdanowicza ul. Nieklańska 4/24, 03-924 Warszawa	2025.01.04 sobota	Podstawowa	Kasza manna na mleku 300 ml (MI,GI)* Szynka wiejska 40 g Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Ogórek kiszony 40 g	Zupa barszcz czerwony 300 ml (GI,MI) Kolorowy kociołek (indyk, dynia, marchew, kalafior, brokuł) 180 g (GI) Kasza jęczmienna 180 g (GI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Chałka z miodem 40 g + 20 g (GI,MI) owoc	Ser biały z koperkiem 60 g (MI) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Papryka czerwona 40 g Posilek wieczorny: jogurt owocowy 100 ml (MI) , pieczywo Wasa 2 szt. (GI)	Energia: 2189 kcal Białko: 95,5 g Tł. Ogółem: 44 g Kw. Nasycone: 17 g Węgl./w tym cukry:320 g/25g Błonnik: 24g Sód:1340 mg
		Lekkostrawna	Kasza manna na mleku 300 ml (MI,GI) Szynka wiejska 40 g Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g	Zupa barszcz czerwony 300 ml (GI,MI) Kolorowy kociołek (indyk, dynia, marchew, cukinia) 180 g (GI) Kasza jęczmienna 180 g (GI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Chałka z miodem 40 g + 20 g (GI,MI) owoc	Ser biały z koperkiem 60 g (MI) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g Posilek wieczorny: jogurt owocowy 100 ml (MI) , pieczywo Wasa 2 szt. (GI)	Energia: 2193 kcal Białko: 95,5 g Tł. Ogółem: 43 g Kw. Nasycone: 17 g Węgl./w tym cukry:324 g/25g Błonnik: 24g Sód:1340 mg
		II rok życia <i>*dodatek dla diety bogatobiałk.</i>	Kasza manna na mleku 300 ml (MI,GI) Szynka wiejska 40 g Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 100 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g <i>*jajko got. 1 szt.(J)</i>	Zupa barszcz czerwony 300 ml (GI,MI) Kolorowy kociołek (indyk, dynia, marchew, cukinia) 180 g (GI) Kasza jęczmienna 180 g (GI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>*indyk gotowany 80 g</i>	Chałka z miodem 40 g + 20 g (GI,MI) owoc	Ser biały z koperkiem 60 g (MI) Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g <i>* Szynka wiejska 40 g</i> Posilek wieczorny: jogurt owocowy 100 ml (MI) , pieczywo Wasa 2 szt. (GI)	Energia: 1026 kcal / *1130 kcal Białko: 48 g / *65 g Tł. Ogółem: 38 g / *43g Kw. Nasycone: 8,5 g / *10g Węgl./w tym cukry:160 g / 14g *160 / 13g Błonnik: 9,5g / *9,5g Sód:751 mg / *830g <i>*wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym</i>
		Bogatobiałkowa oparzeniowa	Kasza manna na mleku 300 ml (MI,GI) Szynka wiejska 40 g jajko got. 1 szt. (J) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Ogórek kiszony 40 g	Zupa barszcz czerwony 300 ml (GI,MI) Kolorowy kociołek (indyk, dynia, marchew, kalafior, brokuł) 180 g (GI) indyk gotowany 80 g Kasza jęczmienna 180 g (GI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Chałka z miodem 40 g + 20 g (GI,MI) owoc	Ser biały z koperkiem 60 g (MI) Szynka wiejska 40 g Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Papryka czerwona 40 g Posilek wieczorny: jogurt owocowy 100 ml (MI) , pieczywo Wasa 2 szt. (GI)	Energia: 2205 kcal Białko: 117 g Tł. Ogółem: 48 g Kw. Nasycone: 22 g Węgl./w tym cukry:334 g/26g Błonnik: 24g Sód:1362 mg

*Skróty alergenów: **MI** - mleko, **GI** - gluten, **Sj** - soja, **S** - seler, **J** - jaja, **R** - ryba, **G** – gorczyca

Zastrzegamy sobie prawa do zmiany jadłospisu z przyczyn od nas niezależnych.

Odbiorca	Data	Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Wartość Odżywcza
Szpitala Dziecięcego im. prof. dr. med. J. Bogdanowicza ul. Nieklańska 4/24, 03-924 Warszawa	2025.01.05. niedziela	Podstawowa	Kawa zbożowa na mleku 250 ml (MI)* Szynka z indyka 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Cukier 15 g Ogórek 30 g miód 30 g	Zupa zacierkowa z koperkiem 300 ml (GI,J) Kurczak pieczony 100 g Ziemniaki 180 g Marchew got. 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Herbatniki 50 g (GI,MI,Sj) Soczek jabłkowy w kartoniku 200 ml	Pasta jajeczna z koperkiem 60 g (J,G) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g Posilek wieczorny: serek Danonek (MI) , owoc	Energia: 2082 kcal Białko: 94 g Tł. Ogółem: 59 g Kw. Nasycone: 19 g Węgl./w tym cukry:334 g/26g Błonnik: 22,1 g Sód:1290 mg
		Lekkostrawna	Zacierki na mleku 300 ml (MI,GI,J) Szynka z indyka 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 30 g miód 30 g	Zupa zacierkowa z koperkiem 300 ml (GI,J) Kurczak w sosie 100 g + 80 g (GI) Ziemniaki 180 g Marchew got. 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Herbatniki 50 g (GI,MI,Sj) Soczek jabłkowy w kartoniku 200 ml	Pasta mięsna (szynka, jajko, koperek, jogurt) 60 g (MI,Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g Posilek wieczorny: serek Danonek (MI) , owoc	Energia: 1980 kcal Białko: 95 g Tł. Ogółem: 57,3 g Kw. Nasycone: 19 g Węgl./w tym cukry:334 g/26g Błonnik: 22,1 g Sód:1200 mg
		II rok życia <i>*dodatek dla diety bogatobiałkowej</i>	Zacierki na mleku 300 ml (MI,GI,J) Szynka z indyka 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 100 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 30 g miód 30 g <i>*szynka z ind. 40 g (Sj)</i>	Zupa zacierkowa z koperkiem 300 ml (GI,J) Kurczak w sosie 100 g + 80 g (GI) Ziemniaki 180 g Marchew got. 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Herbatniki 50 g (GI,MI,Sj) Soczek jabłkowy w kartoniku 200 ml	Pasta mięsna (szynka, jajko, koperek, jogurt) 60 g (MI,Sj) Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g <i>*szynka wp. 40 g (Sj)</i> Posilek wieczorny: serek Danonek (MI) , owoc	Energia: 1020 kcal / *1220 kcal Białko: 56 g / *74 g Tł. Ogółem: 38 g /* 42g Kw. Nasycone: 7,5 g /* 8,5g Węgl./w tym cukry:150 g / 13g *154/12g Błonnik: 9,0g /*9,0g Sód:760 mg /*824g <i>*wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym</i>
		Bogatobiałkowa Oparzeniowa	Zacierki na mleku 300 ml (MI,GI,J) Szynka z indyka 80 g (Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Ogórek 30 g miód 30 g	Zupa zacierkowa z koperkiem 300 ml (GI,J) Kurczak pieczony 100 g Ziemniaki 180 g Marchew got. 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Herbatniki 50 g (GI,MI,Sj) Soczek jabłkowy w kartoniku 200 ml	Pasta jajeczna z koperkiem 60 g (J,G) szynka wp. 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g Posilek wieczorny: serek Danonek (MI) , owoc	Energia: 2174 kcal Białko: 95,5 g Tł. Ogółem: 64 Kw. Nasycone: 22 g Węgl./w tym cukry:342 g/29g Błonnik: 22g Sód:1320 mg

*Skróty alergenów: **MI** - mleko, **GI** - gluten, **Sj** - soja, **S** - seler, **J** - jaja, **R** - ryba, **G** – gorczyca

Zastrzegamy sobie prawa do zmiany jadłospisu z przyczyn od nas niezależnych

Odbiorca	Data	Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Wartość Odżywcza
Szpitala Dziecięcego im. prof. dr. med. J. Bogdanowicza ul. Niekańska 4/24, 03-924 Warszawa	2025.01.06. Poniedziałek	Podstawowa	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MI,GI)* Twaróg 60 g (MI) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Ogórek 40 g dżem 30 g	Zupa barszcz biały zabieleny jogurtem nat. 300 ml (MI,GI) Gulasz z indyka po węgiersku 180 g (GI) Kasza bulgur 180 g (GI) Brokuł na parze 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Jogurt nat. 150 ml (MI) owoc	Szynka wp. 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g Posilek wieczorny: pieczywo Sonko 2 szt. (GI) , owoc	Energia: 2041 kcal Białko: 97,6 g Tł. Ogółem: 43 g Kw. Nasycone: 17,3 g Węgl./w tym cukry: 320 g/25g Błonnik: 23g Sód: 1342 mg
		Lekkostrawna	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MI,GI) Twaróg 60 g (MI) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g dżem 30 g	Zupa barszcz biały zabieleny jogurtem nat. 300 ml (MI,GI) Gulasz z indyka 180 g (GI) Kasza bulgur 180 g (GI) Brokuł na parze 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Jogurt nat. 150 ml (MI) owoc	Szynka wp. 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g Posilek wieczorny: pieczywo Sonko 2 szt. (GI) , owoc	Energia: 1998 kcal Białko: 96 g Tł. Ogółem: 42,2 g Kw. Nasycone: 17 g Węgl./w tym cukry: 320 g/22g Błonnik: 24g Sód: 1300 mg
		II rok życia <i>*dodatek dla diety bogatobiałk.</i>	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MI,GI) Twaróg 60 g (MI) Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 100 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g dżem 30 g <i>*szynka wiejska 40 g (Sj)</i>	Zupa barszcz biały zabieleny jogurtem nat. 300 ml (MI,GI) Gulasz z indyka 180 g (GI) Kasza bulgur 180 g (GI) Brokuł na parze 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>*mięso gulaszowe 85 g</i>	Jogurt nat. 150 ml (MI) owoc	Szynka wp. 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 100 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g <i>* Jajko 1 szt. (J)</i> Posilek wieczorny: pieczywo Sonko 2 szt. (GI) , owoc	Energia: 1100 kcal Białko: 57 g Tł. Ogółem: 36 g Kw. Nasycone: 8 g / Węgl./w tym cukry: 153 g/155 Błonnik: 9g Sód: 760 mg <i>*wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym</i>
		Bogatobiałkowa oparzeniowa	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MI,GI) Twaróg 60 g (MI) Szynka wiejska 40 g Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Ogórek 40 g dżem 30 g	Zupa barszcz biały zabieleny jogurtem nat. 300 ml (MI,GI) Gulasz z indyka po węgiersku 260 g (GI) Kasza bulgur 180 g (GI) Brokuł na parze 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Jogurt nat. 150 ml (MI) owoc	Szynka wp. 40 g (Sj) Jajko 1 szt. (J) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g Posilek wieczorny: pieczywo Sonko 2 szt. (GI) , owoc	Energia: 2190 kcal Białko: 123 g Tł. Ogółem: 48 g Kw. Nasycone: 22 g Węgl./w tym cukry: 334 g/26g Błonnik: 24g Sód: 1310 mg

*Skróty alergenów: **MI** - mleko, **GI** - gluten, **Sj** - soja, **S** - seler, **J** - jajka, **R** - ryba, **G** – gorczyca

Zastrzegamy sobie prawa do zmiany jadłospisu z przyczyn od nas niezależnych.