

Odbiorca	Data	Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Wartość odżywcza
Szpitala Dziecięcego im. prof. dr. med. J. Bogdanowicza ul. Niekliańska 4/24, 03-924 Warszawa	2025,01,17 piątek	Podstawowa	Kakao na mleku 200 ml (MI)* Ser żółty 40 g (MI) Masło 15 g (MI) Chleb sitek 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Papryka 40 g	Zupa jarzynowa 300 ml (GI) Kotlet rybny 80g (GI,J), ,ziemniaki 200g,surówka z kapusty kiszzonej 120g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Wafle sonoko 4 szt. (GI) owoc	Pasta jajeczna z koperkiem 60 g (G,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: pałki kukurydziane 3 szt., owoc	Energia: 2165 kcal Białko: 75 g Tł. Ogółem: 43 g Kw. Nasycone: 16 Węgl./w tym cukry:302 g/22g Błonnik: 21g Sód:1370 mg
		Lekkostrawna	Kasza manna na mleku 300 ml (MI,GI) Szyńka z indyka 40g (Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70 g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g sałata 10 g	Zupa jarzynowa 300 ml (GI,) Pulpet rybny 120g (GI,J,) ,ziemniaki 290g ,bukiet lekkostrawnych jarzyn na parze (marchew, cukinia, brokuł) 120g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Wafle sonoko 4 szt. (GI) owoc	Pasta jajeczna z koperkiem i jogurtem nat. 60 g (MI,J) 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: pałki kukurydziane 3 szt., owoc	Energia: 2186 kcal Białko: 75,3 g Tł. Ogółem: 43 g Kw. Nasycone: 218 g Węgl./w tym cukry:318 g/25g Błonnik: 22g Sód:1365 mg
		II rok życia <i>*dodatek dla diety bogatobiałk.</i>	Kasza manna na mleku 300 ml (MI,GI) Szyńka z indyka 40g (Sj) Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 100 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g sałata 10 g <i>* ser biały 60 g (MI)</i>	Zupa jarzynowa 300 ml (GI,J) Pulpet rybny 120g (GI,J,MI) Ziemniaki 200g , bukiet lekkostrawnych jarzyn na parze (marchew, cukinia, brokuł) 120g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>*serek homog. 100 g (MI)</i>	Wafle sonoko 4 szt. (GI) owoc	Pasta jajeczna z koperkiem i jogurtem nat. 60 g (MI,J) Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g <i>*połędwica drobiowa 40 g (Sj)</i> Posilek wieczorny: pałki kukurydziane 3 szt., owoc	Energia: 1010 kcal / *1105 kcal Białko: 48 g / *62 g Tł. Ogółem: 37 g / *42g Kw. Nasycone: 9 g / *9g Węgl./w tym cukry:161 g / 13g *162/ 15g Błonnik: 8g / *8g Sód:751 mg / *820g <i>*wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym</i>
		Bogatobiałkowa oparzeniowa	Kasza manna na mleku 300 ml (MI,GI) Ser żółty 40 g (MI) ser biały 60 g (MI) Masło 15 g (MI) Chleb sitek 70 g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Papryka 40 g	Zupa jarzynowa 300 ml (GI,L) Pulpet rybny 120g) (GI,J,) ,ziemniaki 200g,bukiet jarzyn na parze 120g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Wafle sonoko 4 szt. (GI) owoc	Pasta jajeczna z koperkiem 60 g (G,J) Połędwica 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 40 g Posilek wieczorny: pałki kukurydziane 3 szt., owoc	Energia: 2180 kcal Białko: 105 g Tł. Ogółem: 43 g Kw. Nasycone: 17 g Węgl./w tym cukry:300 g/23g Błonnik: 20g 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. Niekańska 4/24, 03-924 Warszawa	2025.01.18. sobota	Podstawowa	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MI)* Ser biały 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 krupnik 300 ml (GI) Pieczeń rzymska w sosie 85 g + 80 g (GI,J) ryż 180 g Surówka z kap. pekińskiej 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Herbatniki 20 g (MI,GI) 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: serek Danonek, owoc	Energia: 2010kcal Białko: 96g Tł. Ogółem: 40 g Kw. Nasycone: 15g Węgl./w tym cukry:301 g/25g Błonnik: 20g Sód:1328 mg
		Lekkostrawna	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MI) Ser biały 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 krupnik 300 ml (GI) Pieczeń rzymska w sosie 85 g + 80 g (GI,J) ryż 180 g Surówka z kap. pekińskiej 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Herbatniki 20 g (MI,GI) 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: serek Danonek, owoc	Energia: 2010 kcal Białko: 96,3 g Tł. Ogółem: 38g Kw. Nasycone: 15,1 g Węgl./w tym cukry:301 g/25g Błonnik: 20g Sód:1318 mg
		II rok życia <i>*dodatek dla diety bogatobiałk.</i>	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MI) Ser biały 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 wp. 40 g (Sj)</i>	Zupa krupnik 300 ml (GI) Pieczeń rzymska w sosie 85 g + 80 g (GI,J) ryż 180 g Surówka z kap. pekińskiej 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>*pieczeń rzymska 85 g</i>	Herbatniki 20 g (MI,GI) 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 40g (Sj)</i> Posilek wieczorny: serek Danonek, owoc	Energia: 1003 kcal / *1120 kcal Białko: 47 g / *63 g Tł. Ogółem: 36 g / *43g Kw. Nasycone: 8,5 g / *9g Węgl./w tym cukry:14 g / 14g *158 /13g Błonnik: 8,5g / *8,5g Sód:756 mg / *830g <i>*wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym</i>
		Bogatobiałkowa oparzeniowa	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MI) Ser biały 120 g (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 30 g	Zupa krupnik 300 ml (GI) Pieczeń rzymska w sosie 2 szt. 170 g + 80 g (GI,J) ryż 180 g Surówka z kap. pekińskiej 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Herbatniki 20 g (MI,GI) owoc	Schab pieczony (wyr. własny) 40 g Szynka drobiowa 40g (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: serek Danonek, owoc	Energia: 2105 kcal Białko: 108 g Tł. Ogółem: 47 g Kw. Nasycone: 18 g Węgl./w tym cukry:300 g/24g Błonnik: 20g Sód:1440 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. Nieckańska 4/24, 03-924 Warszawa	2025,01,19 niedziela	Podstawowa	Płatki cynamonowe 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 ogórek kiszony 40 g	Zupa rosół 300 ml (GI,J) Kotlet schabowy 85 g + 10 g (GI,J) Ziemniaki 180 g Buraki got. 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Jogurt naturalny 100 g (MI) 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 Pomidor 40 g Posilek wieczorny: Grissini – chrupiące paluchy pełnoziarniste 2 szt. (GI) , owoc	Energia: 2012 kcal Białko: 93,6 g Tł. Ogółem: 38 g Kw. Nasycone: 15 g Węgl./w tym cukry:320 g/24g Błonnik: 20,5g Sód:1338 mg
		Lekkostrawna	Płatki cynamonowe na mleku 300 ml (MI,GI) Szynka wiejska 40g (Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70 g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g	Zupa rosół 300 ml (GI,) Schab w sosie 120 g (GI,) Ziemniaki 180 g Buraki got. 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Jogurt naturalny 100 g (MI) owoc	Szynka drobiowa 40 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: Grissini – chrupiące paluchy pełnoziarniste 2 szt. (GI) , owoc	Energia: 2100 kcal Białko: 92 g Tł. Ogółem: 38 g Kw. Nasycone: 16 g Węgl./w tym cukry:323 g/24g Błonnik: 20,4g Sód:1348 mg
		II rok życia <i>*dodatek dla diety bogatobiałk.</i>	Płatki cynamonowe 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>*jajko got. 1 szt.(J)</i>	Zupa rosół 300 ml (GI,I) Schab sosie 120b (GI,) Ziemniaki 180 g Buraki got. 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>*piersz z kurczaka gotowana 80 g</i>	Jogurt naturalny 100 g (MI) owoc	Szynka drobiowa 40 g Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g <i>* Szynka drobiowa 40g (Sj)</i> Posilek wieczorny: Grissini – chrupiące paluchy pełnoziarniste 2 szt. (GI) , owoc	Energia: 1009 kcal / *1109 kcal Białko: 47 g / *62 g Tł. Ogółem: 35 g / * 41g Kw. Nasycone: 8 g / *9g Węgl./w tym cukry:149 g / 14g *157 / 14g Błonnik: 8g / *8,5g Sód:748 mg / *829g <i>*wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym</i>
		Bogatobiałkowa oparzeniowa	Płatki cynamonowe na mleku 300 ml (MI,GI) Szynka wiejska 80g (Sj) 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 rosół 300 ml (GI,J,) Schab w sosie 120g (GI,) Ziemniaki 180 g Buraki got. 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Jogurt naturalny 100 g (MI) owoc	Pasta z tuńczyka, jajka i koperku (wyr. własny) 60 g (R,J) 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 Pomidor 40 g Posilek wieczorny: Grissini – chrupiące paluchy pełnoziarniste 2 szt. (GI) , owoc	Energia: 2178 kcal Białko: 113 g Tł. Ogółem: 46 g Kw. Nasycone: 18g Węgl./w tym cukry:319 g/22g Błonnik: 20g Sód:1438 mg

*Skróty alergików: **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	Podwieczerek	Kolacja	Wartość Odżywcza
Szpitala Dziecięcego im. prof. dr. med. J. Bogdanowicza ul. Niekańska 4/24, 03-924 Warszawa	2025,01,20, poniedziałek	Podstawowa	Płatki żytnie na mleku 300 ml (MI,GI)* Ser topiony 40 g (MI) Masło 15 g (MI) Chleb pełnoziarnisty 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g dżem 30 g	Zupa grochowa 300 g (GI) Potrawka drobiowa 180 g (GI) Kasza kuskus 180 g (GI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Budyń śmietankowy 200 g (MI) 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 ogórek 40 g ketchup 15g	Energia: 2016 kcal Białko: 90 g Tł. Ogółem: 48 g Kw. Nasycone: 19 g Węgl./w tym cukry:278 g/19g Błonnik: 23g Sód:1250 mg
		Lekkostrawna	Płatki żytnie na mleku 300 ml (MI,GI) Szynka wiejska 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 ziemniaczana z koperkiem 300 g (GI) Potrawka drobiowa 180 g (GI) Kasza kuskus 180 g (GI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Budyń śmietankowy 200 g (MI) 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 15g	Energia: 2017 kcal Białko: 90 g Tł. Ogółem: 49 g Kw. Nasycone: 19 g Węgl./w tym cukry:280 g/19g Błonnik: 24g Sód:1257 mg
		II rok życia <i>*dodatek dla diety bogatobiałk.</i>	Płatki żytnie na mleku 300 ml (MI,GI) Szynka wiejska 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>* ser biały 60 g (MI)</i>	Zupa ziemniaczana z koperkiem 300 g (GI) Potrawka drobiowa 180 g (GI) Kasza kuskus 180 g (GI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>*indyk got. 85 g</i>	Budyń śmietankowy 200 g (MI) owoc	Parówka z szynki na ciepło 1 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 1 szt. (Sj)</i>	Energia: 1007 kcal / *1170 kcal Białko: 45 g / *57 g Tł. Ogółem: 37 g /* 42g 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 żytnie na mleku 300 ml (MI,GI) Ser topiony 40 g (MI) 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 dżem 30 g	Zupa grochowa 300 g (GI) Potrawka drobiowa 180 g (GI) indyk got. 85 g Kasza kuskus 180 g (GI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Budyń śmietankowy 200 g (MI) 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 ogórek 40 g	Energia: 2110 kcal Białko: 118 g Tł. Ogółem: 48 g Kw. Nasycone: 17 g Węgl./w tym cukry:289 g/20g Błonnik: 21g Sód:1298mg
					Posilek wieczorny: biszkopty 3 szt., soczek jabłkowy w kartoniku		
					Posilek wieczorny: biszkopty 3 szt., soczek jabłkowy w kartoniku		

*Skróty alergénów: **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. Niekińska 4/24, 03-924 Warszawa	2025,01,21. wtorek	Podstawowa	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MI)* Pasta mięsna (szynka, jajko, koperek, majonez) 60 g (Sj,G,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 miód 30 g	Zupa krupnik 300 ml (GI) Pierogi z serem i polewą jogurtową 6 szt. (GI,J,MI) surówka jabłka i marchewki Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Ciastka owsiane (GI) owoc	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: wafle ryżowe 2 szt., owoc	Energia: 2110 kcal Białko: 97 g Tł. Ogółem: 58 g Kw. Nasycone: 15,6 g Węgl./w tym cukry:330 g/26g Błonnik: 25g Sód:1350 mg
		Lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MI,GI) Pasta mięsna (szynka, jajko, koperek, jogurt naturalny) 60 g (Sj,G,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 miód 30 g	Zupa krupnik 300 ml (GI) Pierogi z serem i polewą jogurtową 6 szt. (GI,J,MI), surówka z jabłka i marchewki Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Ciastka owsiane (GI) owoc	Szynka drobiowa40 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: wafle ryżowe 2 szt., owoc	Energia: 2190 kcal Białko: 97 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 owsiane na mleku 300 ml (MI,GI) Pasta mięsna (szynka, jajko, koperek, jogurt naturalny) 60 g (Sj,G,J) Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 100 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g miód 30 g <i>*szynka wp. 40 g (Sj)</i>	Zupa krupnik 300 ml (GI) Pierogi z serem i polewą jogurtową 6 szt. (GI,J,MI), surówka z marchewki i jabłka Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>* Pierogi z serem 3 szt. (GI, MI)</i>	Ciastka owsiane (GI) owoc	Szynka drobiowa 40 g(Sj) Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g <i>*Szynka drobiowa 40 g (Sj)</i> Posilek wieczorny: wafle ryżowe 2 szt., 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 owsiane na mleku 300 ml (MI,GI) Pasta mięsna (szynka, jajko, koperek, majonez) 60 g (Sj,G,J) 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 miód 30 g	Zupa krupnik 300 ml (GI) Pierogi z serem i polewą jogurtową 10 szt. (GI,J,MI) ,surówka z jabłka i marchewki Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Ciastka owsiane (GI) owoc	Szynka drobiowa 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: wafle ryżowe 2 szt., owoc	Energia: 2278 kcal Białko: 114 g Tł. Ogółem: 44 g Kw. Nasycone: 18 g Węgl./w tym cukry:320 g/23g Błonnik: 22g Sód:1449mg

*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	2025.01.22. środa	Podstawowa	Płatki ryżowe na mleku 300 ml (MI)* Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 60 g (Sj) 60 g (J) 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 jarzynowa 300 ml (GI,J) Spaghetti 400g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Jogurt owocowy 100 g (MI) owoc	Pasztet drobiowy (wyr. własny) 50 g (GI,J,S) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Rzodkiewka 40 g <u>Posilek wieczorny:</u> pieczywo Sonko 2 szt. (GI), owoc	Energia: 2156 kcal Białko: 93g Tł. Ogółem: 59 g Kw. Nasycone: 20 g Węgl./w tym cukry:280 g/24g Błonnik: 21 g Sód:1349 mg
		Lekkostrawna	Płatki ryżowe 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	Zupa jarzynowa 300 ml (GI,J) Spaghetti 400g (GI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Jogurt owocowy 100 g (MI) owoc	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 <u>Posilek wieczorny:</u> pieczywo Sonko 2 szt. (GI), owoc	Energia: 2140 kcal Białko: 92,3 g Tł. Ogółem: 60 g Kw. Nasycone: 21 g Węgl./w tym cukry:280 g/24g Błonnik: 19 g Sód:1350 mg
		II rok życia <i>*dodatek dla diety bogatobiałk.</i>	Płatki ryżowe 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 <i>*ser biały 80 g (MI)</i>	Zupa jarzynowa 300 ml (GI,J) Spaghetti 400g (GI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>*Schab got. 85g</i>	Jogurt owocowy 100 g (MI) owoc	Szynka wp. 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 wp. 40 g (Sj)</i> <u>Posilek wieczorny:</u> pieczywo Sonko 2 szt. (GI), owoc	Energia: 998 kcal / *1200 kcal Białko: 55 g / *75 g Tł. Ogółem: 39 g /* 43g Kw. Nasycone: 7,5 g /* 8g Węgl./w tym cukry:149 g / 12g *152 / 12g Błonnik: 7,5g / *8g Sód:762 mg / *821g <i>*wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym</i>
		Bogatobiałkowa oparzeniowa	Płatki ryżowe na mleku 300 ml (MI) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 60 g (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 40 g	Zupa jarzynowa 300 ml (GI,J) Spaghetti 400g(GI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Jogurt owocowy 100 g (MI) owoc	Pasztet drobiowy (wyr. własny) 50 g (GI,J,S) Szynka wp. 40g (Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Rzodkiewka 40 g <u>Posilek wieczorny:</u> pieczywo Sonko 2 szt. (GI), owoc	Energia: 2107 kcal Białko: 89 g Tł. Ogółem: 62 g Kw. Nasycone: 22 g Węgl./w tym cukry:338 g/27g Błonnik: 21,1g 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	2025.01.23. czwartek	Podstawowa	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (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	Zupa barszcz czerwony 300 g (GI,MI) Klops w sosie koperkowym 85 g + 80 g (GI,J) Kasza jęczmienna 180 g (GI) Marchewka z groszkiem 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Kasza manna z sokiem malinowym (GI,MI) owoc	Twarożek 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: Ciastka wielozbożowe Witanella 4 szt. (GI,J,MI) , owoc	Energia: 2099 kcal Białko: 88,2 g Tł. Ogółem: 44 g Kw. Nasycone: 15,3 g Węgl./w tym cukry:380 g/27g Błonnik: 23 g Sód:1320 mg
		Lekkostrawna	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (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 Sałata 10 g	Zupa barszcz czerwony 300 g (GI,MI) Klops w sosie koperkowym 85g + 80 g (GI,J) Kasza jęczmienna 180 g (GI) Marchewka got. 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Kasza manna z sokiem malinowym (GI,MI) owoc	Twarożek 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: Ciastka wielozbożowe Witanella 4 szt. (GI,J,MI) , owoc	Energia: 2082 kcal Białko: 87 g Tł. Ogółem: 42,1 g Kw. Nasycone: 15 g Węgl./w tym cukry:384 g/26g Błonnik: 23 g Sód:1310 mg
		II rok życia <i>*dodatek dla diety bogatobiałk.</i>	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MI) 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 1 szt.(J)</i>	Zupa barszcz czerwony 300 g (GI,MI) Klops w sosie koperkowym 85 g + 80 g (GI,J) Kasza jęczmienna 180 g (GI) Marchewka got. 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>*klops 85 g</i>	Kasza manna z sokiem malinowym (GI,MI) owoc	Twarożek 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 (Sj)</i> Posilek wieczorny: Ciastka wielozbożowe Witanella 4 szt. (GI,J,MI) , owoc	Energia: 989 kcal / *1089 kcal Białko: 43 g / *60 g Tł. Ogółem: 40 g / *42g Kw. Nasycone: 8 g / *9g Węgl./w tym cukry:172 g / 16g *172 / 16g Błonnik: 7,5g / *8g Sód:746 mg / *815g <i>*wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym</i>
		Bogatobiałkowa oparzeniowa	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MI) Szynka wiejska 40 g <i>*jajko 1 szt.(J)</i> 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	Zupa barszcz czerwony 300 g (GI,MI) Klops w sosie koperkowym 2 szt. 170 g + 80 g (GI,J) Kasza jęczmienna 180 g (GI) Marchewka z groszkiem 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Kasza manna z sokiem malinowym (GI,MI) owoc	Twarożek z z koperkiem 60 g (MI) 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 Pomidor 40 g Posilek wieczorny: Ciastka wielozbożowe Witanella 4 szt. (GI,J,MI) , owoc	Energia: 2120 kcal Białko: 107 g Tł. Ogółem: 46 g Kw. Nasycone: 17g Węgl./w tym cukry:318 g/23g Błonnik: 25g Sód:1598 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	Podwieczerek	Kolacja	Wartość Odżywcza
Szpitala Dziecięcego im. prof. dr. med. J. Bogdanowicza ul. Niekańska 4/24, 03-924 Warszawa	2025,01,24. piątek	Podstawowa	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MI,GI) Ser żółty 40 g (MI) Masło 15 g (MI) Chleb słonecznikowy 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g	Zupa ogórkowa z ryżem 300 ml (GI,MI) Filet rybny z 85 g (GI,J,R) Ziemniaki 180 g Surówka z kapusty pekińskiej 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Drożdżówka z jabłkiem (GI) owoc	Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (wyr.własny) 60 g (J,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 owsiane 2 szt. (GI) , sok jabłkowy w kartoniku	Energia: 2190 kcal Białko: 94,1 g Tł. Ogółem: 43 g Kw. Nasycone: 18 g Węgl./w tym cukry:321 g/26g Błonnik: 23g Sód:1339 mg
		Lekkostrawna	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MI,GI) Szynka wiejska 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	Zupa ryżanka 300 ml Ryba pieczona z warzywami (marchew, pomidor) (85 g + 100 g) (R) Ziemniaki 180 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Drożdżówka z jabłkiem (GI) owoc	Pasta jajeczna z koperkiem(wyr.własny) 60 g (J,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 owsiane 2 szt. (GI) , sok jabłkowy w kartoniku	Energia: 2192 kcal Białko: 94,5 g Tł. Ogółem: 40 g Kw. Nasycone: 16 g Węgl./w tym cukry:320 g/24g Błonnik: 23g Sód:1339 mg
		II rok życia <i>*dodatek dla diety bogatobiałkowej</i>	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MI,GI) Szynka wiejska 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 100 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g <i>*Szynka wiejska 30 g (Sj)</i>	Zupa ryżanka 300 ml Ryba pieczona z warzywami (marchew, pomidor) (85 g + 100 g) (R) Ziemniaki 180 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>*ryba pieczona 80 g (GI,J,R)</i>	Drożdżówka z jabłkiem (GI) owoc	Pasta jajeczna z koperkiem (wyr.własny) 60 g (J,MI) Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g <i>*polędwica drobiowa 30 g (Sj)</i> Posilek wieczorny: ciastka owsiane 2 szt. (GI) , sok jabłkowy w kartoniku	Energia: 1028 kcal / *1133 kcal Białko: 47 g / *64 g Tł. Ogółem: 37 g / *41g Kw. Nasycone: 8,5 g / *9g Węgl./w tym cukry:159 g / 13g *158 / 12g Błonnik: 8,5g / *8,5g Sód:750 mg / *831g <i>*wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym</i>
		Bogatobiałkowa Oparzeniowa	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MI,GI) Ser żółty 30 g (MI) Szynka wiejska 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Chleb słonecznikowy 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g	Zupa ogórkowa z ryżem 300 ml (GI,MI) Filet rybny 2 szt. 170 g (GI,J,R) Ziemniaki 180 g Surówka z kiszonej kapusty 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Drożdżówka z jabłkiem (GI) owoc	Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (wyr.własny) 60 g (J,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 Pomidor 40 g Posilek wieczorny: ciastka owsiane 2 szt. (GI) , sok jabłkowy w kartoniku	Energia: 2210 kcal Białko: 116 g Tł. Ogółem: 47 g Kw. Nasycone: 20 g Węgl./w tym cukry:333 g/25g Błonnik: 23g Sód:1360 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	2025,01,25. sobota	Podstawowa	Płatki miodowe na mleku 300 ml (MI,GI) Ser biały 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 zacierkowa 300 ml (GI) Leczo z kurczakiem (cukinia, brokuł, kalafior, marchewka, papryka, pomidor) 180 g Kasza bulgur 180 g (GI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Jogurt owocowy 150 ml (MI) Biszkopty 4 szt. (GI,J)	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 15g Posilek wieczorny: pałki kukurydziane 3 szt., owoc	Energia: 2101 kcal Białko: 90 g Tł. Ogółem: 58 g Kw. Nasycone: 18g Węgl./w tym cukry:333 g/24g Błonnik: 21,2 g Sód:1280 mg
		Lekkostrawna	Płatki miodowe na mleku 300 ml (MI,GI) Ser biały 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 zacierkowa 300 ml (GI) Leczo z kurczakiem lekkostrawne (cukinia, brokuł, marchewka, pomidor) 180 g Kasza bulgur 180 g (GI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Jogurt owocowy 150 ml (MI) Biszkopty 4 szt. (GI,J)	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 15g Posilek wieczorny: pałki kukurydziane 3 szt., owoc	Energia: 1988 kcal Białko: 93 g Tł. Ogółem: 56,2 g Kw. Nasycone: 18g Węgl./w tym cukry:324 g/24g Błonnik: 22,3 g Sód:1201 mg
		II rok życia <i>*dodatek dla diety bogatobiałk.</i>	Płatki miodowe na mleku 300 ml (MI,GI) Ser biały 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 drobiowa 30 g (Sj)</i>	Zupa zacierkowa 300 ml (GI) Leczo z kurczakiem lekkostrawne (cukinia, brokuł, marchewka, pomidor) 180 g Kasza bulgur 180 g (GI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>*Kurczak got. 80 g</i>	Jogurt owocowy 150 ml (MI) Biszkopty 4 szt. (GI,J)	Parówka z szynki na ciepło 1 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 1 szt. (Sj)</i> Posilek wieczorny: pałki kukurydziane 3 szt., owoc	Energia: 1022 kcal / *1224 kcal Białko: 55 g / *73 g Tł. Ogółem: 39 g /* 43g Kw. Nasycone: 7,5 g /* 7,5g Węgl./w tym cukry:1548 g / 12g *153/ 11g Błonnik: 8,0g /*8,0g Sód:759 mg /*822g <i>*wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym</i>
		Bogatobiałkowa Oparzeniowa	Płatki miodowe na mleku 300 ml (MI,GI) Ser biały 60 g (MI) szynka drobiowa 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 Ogórek 40 g dżem 30 g	Zupa zacierkowa 300 ml (GI) Leczo z kurczakiem (cukinia, brokuł, kalafior, marchewka, papryka, pomidor) 180 g Kurczak got. 80 g Kasza bulgur 180 g (GI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Jogurt owocowy 150 ml (MI) Biszkopty 4 szt. (GI,J)	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: pałki kukurydziane 3 szt., owoc	Energia: 2169 kcal Białko: 93,5 g Tł. Ogółem: 63 Kw. Nasycone: 20 g Węgl./w tym cukry:340 g/27g Błonnik: 20g Sód:1315 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. Niekińska 4/24, 03-924 Warszawa	2025,01,26. Niedziela	Podstawowa	Płatki owsiane 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 barszcz biały 300 ml (GI,J,MI) Pierś z indyka sosie warzywnym 85 g + 80 g (GI) ryż 180 g bukiet jarzyn na parze 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Serek homog. waniliowy 150g (MI) owoc	Ser topiony 40 g (MI) Jajko ½ (J) 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: biszkopty 3 szt., owoc	Energia: 2051 kcal Białko: 95,6 g Tł. Ogółem: 42 g Kw. Nasycone: 16,3 g Węgl./w tym cukry:310 g/22g Błonnik: 22g Sód:1321 mg
		Lekkostrawna	Płatki owsiane 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 barszcz biały 300 ml (GI,J,MI) Pierś z indyka sosie warzywnym 85 g + 80 g (GI) ryż 180 g marchewka got. 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Serek homog. waniliowy 150g (MI) owoc	Szynka z indyka 40 g (MI) Jajko ½ (J) 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: biszkopty 3 szt., owoc	Energia: 2001 kcal Białko: 95 g Tł. Ogółem: 43,1 g Kw. Nasycone: 16 g Węgl./w tym cukry: 310 g/20g Błonnik: 20g Sód:1289 mg
		II rok życia <i>*dodatek dla diety bogatobiałk.</i>	Płatki owsiane 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 40g (Sj)</i>	Zupa barszcz biały 300 ml (GI,J,MI) Pierś z indyka sosie warzywnym 85 g + 80 g (GI) ryż 180 g marchewka got. 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>*pierś z ind. got. 85 g</i>	Serek homog. waniliowy 150g (MI) owoc	Szynka z indyka 40 g (MI) Jajko ½ (J) Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g <i>*szynka z indyka. 40 g (Sj)</i> Posilek wieczorny: biszkopty 3 szt., owoc	Energia: 1198 kcal Białko: 54 g Tł. Ogółem: 33 g Kw. Nasycone: 6 g / Węgl./w tym cukry:150 g/152 Błonnik: 8g Sód:759 mg <i>*wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym</i>
		Bogatobiałkowa Opazeniowa	Płatki owsiane 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 b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g	Zupa barszcz biały 300 ml (GI,J,MI) Pierś z indyka sosie warzywnym 170 g + 80 g (GI) ryż 180 g marchewka got. 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Serek homog. waniliowy 150g (MI) owoc	Ser topiony 40 g (MI) Jajko 1szt. (J) 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: biszkopty 3 szt., owoc	Energia: 2200 kcal Białko: 126 g Tł. Ogółem: 45 g Kw. Nasycone: 23 g Węgl./w tym cukry:336 g/27g Błonnik: 23g Sód:1290 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.