

Data	Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Średnie wartości odżywcze
2025,02,26, środa	Podstawowa	Kawa zbożowa na mleku 250 ml (MI)* Szynka drobiowa 50 g (MI) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Papryka czerwona 40 g	Zupa ziemniaczana 300 ml (GI) Kurczak po meksykańsku (mielone mięso z kurczaka, fasola czerwona, kukurydza, marchewka, sos pomidorowy) 180 g ryż 180 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</i>	Jogurt owocowy 90 g (MI) Biszkopty 20 g (J,GI)	Szynka hetmańska 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: 2181 kcal Białko: 78 g Tł. Ogółem: 47 g Kw. Nasycone: 20 g Węgl./w tym cukry:303 g/25g Błonnik: 23g Sód:1380 mg
	Lekkostrawna	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MI) Szynka drobiowa 50 g (MI) 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 ziemniaczana 300 ml (GI) Kurczak po meksykańsku lekkostrawny (mielone mięso z kurczaka, marchewka, sos pomidorowy) 180 g ryż 180 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</i>	Jogurt owocowy 90 g (MI) Biszkopty 20 g (J,GI)	Szynka hetmańska 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: pałki kukurydziane 3 szt., owoc	Energia: 2188 kcal Białko: 78,3 g Tł. Ogółem: 47 g Kw. Nasycone: 20 g Węgl./w tym cukry:310 g/26g Błonnik: 23g Sód:1380 mg
	II rok życia <i>*dodatek dla diety bogatobiałk.</i>	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (MI) Szynka drobiowa 40 g (MI) Masło 10 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g <i>*szynka drobiowa 30g (Sj)</i>	Zupa barszcz czerwony 250 ml (GI) Kurczak po meksykańsku lekkostrawny (mielone mięso z kurczaka, marchewka, sos pomidorowy) 160 g ryż 160 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>*kurczak got. 75 g</i> <i>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</i>	Jogurt owocowy 90 g (MI) Biszkopty 20 g (J,GI)	Szynka hetmańska 30 g (Sj) Masło 10 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 30 g <i>*jajko got, 1 szt. (J)</i> Posilek wieczorny: pałki kukurydziane 3 szt., owoc	Energia: 1005 kcal / *1100 kcal Białko: 48 g / *64 g Tł. Ogółem: 39 g / *44g Kw. Nasycone: 9 g / *11g Węgl./w tym cukry:163 g / 15g *163 / 15g Błonnik: 10g / *10g Sód:751 mg / *830g <i>*wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym</i>
	Bogatobiałkowa oparzeniowa	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MI) Szynka drobiowa 50 g (MI) szynka drobiowa 30 g (Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Papryka czerwona 40 g	Zupa ziemniaczana 300 ml (GI) Kurczak po meksykańsku (mielone mięso z kurczaka, fasola czerwona, kukurydza, marchewka, sos pomidorowy) 180 g kurczak got. 85 g ryż 180 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</i>	Jogurt owocowy 90 g (MI) Biszkopty 20 g (J,GI)	Szynka hetmańska 40 g (Sj) jajko got, 1 szt. (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: 2195 kcal Białko: 108 g Tł. Ogółem: 46 g Kw. Nasycone: 19 g Węgl./w tym cukry:303 g/25g Błonnik: 23g Sód:1605 mg

	Data	Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Średnie wartości odżywcze
Szpitala Dziecięcego im. prof. dr. med. J. Bogdanowicza ul. Nieklajska 4/24, 03-924 Warszawa	2025,02,27. czwartek	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 miód 30 g	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GI,J) Kotlet mielony 85 g (GI,J) ziemniaki 180 g buraczki na ciepło 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka termiczna: gotowanie, smażenie</i>	Paczek 1 szt. (GI,MI) owoc	Pasta z jajka ze szczypiorkiem 60g (J,GMI) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40g Posilek wieczorny: wafle ryżowe 2 szt., soczek jabłkowy w kartoniku	Energia: 2000 kcal Białko: 98 g Tł. Ogółem: 44 g Kw. Nasycone: 18 g Węgl./w tym cukry:304 g/25g Błonnik: 24g Sód:1330 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 miód 30 g	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GI,J) Pulpet w sosie 85 g + 80 g (GI,J) ziemniaki 180 g buraczki na ciepło 120g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</i>	Paczek 1 szt. (GI,MI) owoc	Polędwica 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 Pomidor 40g Posilek wieczorny: wafle ryżowe 2 szt., soczek jabłkowy w kartoniku	Energia: 2008 kcal Białko: 98,3 g Tł. Ogółem: 42 g Kw. Nasycone: 17,1 g Węgl./w tym cukry:304 g/26g Błonnik: 24g Sód:1320 mg
		II rok życia <i>*dodatek dla diety bogatobiałk.</i>	Płatki żytnie na mleku 250 ml (MI,GI) Szynka wiejska 30g (Sj) Masło 10 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g miód 30 g <i>*Szynka wiejska 30g(Sj)</i>	Zupa pomidorowa z makaronem 250 ml (GI,J) Pulpet w sosie 75 g + 80 g (GI,J) ziemniaki 160 g buraczki na ciepło Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>*pulpet 75 g</i> <i>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</i>	Paczek 1 szt. (GI,MI) owoc	Polędwica drobiowa 30g (Sj) Masło 10 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 30g <i>*ser biały 60 g (MI)</i> Posilek wieczorny: wafle ryżowe 2 szt., soczek jabłkowy w kartoniku	Energia: 1000 kcal / *1120 kcal Białko: 49 g / *65 g Tł. Ogółem: 38 g /* 44g Kw. Nasycone: 9 g /* 11g Węgl./w tym cukry:160 g / 16g *160 / 16g Błonnik: 10g / *10g Sód:759 mg / *833g <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 b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g miód 30 g	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GI,J) Kotlet mielony 2 szt. 170 g (GI,J) ziemniaki 180 g buraczki na ciepło Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka termiczna: gotowanie, smażenie</i>	Paczek 1 szt. (GI,MI) owoc	Pasta z jajka ze szczypiorkiem 60g (J,GMI) 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 40g Posilek wieczorny: wafle ryżowe 2 szt., soczek jabłkowy w kartoniku	Energia: 2109 kcal Białko: 110 g Tł. Ogółem: 49 g Kw. Nasycone: 20 g Węgl./w tym cukry:304 g/25g Błonnik: 23g Sód:1450 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.

	Data	Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Średnie wartości odżywcze
Szpitala Dziecięcego im. prof. dr. med. J. Bogdanowicza ul. Nieklańska 4/24, 03-924 Warszawa	2025,02,28 piątek	Podstawowa	Kakao na mleku 250 ml (MI)* Paprykarz (wyrób własny) 60 g (R) Masło 15 g (MI) Chleb pełnoziarnisty 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Ogórek kiszony 40 g	Zupa krupnik 300 ml (GI) Racuchy z polewą jogurtowo – truskawkową 3 szt. (MI,GI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka termiczna: gotowanie, smażenie</i>	Wafle ryżowe 2 szt. Owoc	Ser żółty 40 g (MI) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10g Posilek wieczorny: Grissini – chrupiące paluchy pełnoziarniste 2 szt. (GI) , owoc	Energia: 2115 kcal Białko: 95,6 g Tł. Ogółem: 41 g Kw. Nasycone: 18 g Węgl./w tym cukry:325 g/26g Błonnik: 22,6g Sód:1350 mg
		Lekkostrawna	Zacierki na mleku 300 ml (MI,GI,J) Szynka drobiowa 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 40g	Zupa krupnik 300 ml (GI) Kopytka 3 kolory polane masłem 270 g (GI,MI) Surówka z marchewki 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka termiczna: gotowanie</i>	Wafle ryżowe 2 szt. Owoc	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 Sałata 10g Posilek wieczorny: Grissini – chrupiące paluchy pełnoziarniste 2 szt. (GI) , owoc	Energia: 2100 kcal Białko: 95 g Tł. Ogółem: 41 g Kw. Nasycone: 18 g Węgl./w tym cukry:325 g/26g Błonnik: 22,6g Sód:1350 mg
		II rok życia <i>*dodatek dla diety bogatobiałk.</i>	Zacierki na mleku 250 ml (MI,GI,J)* Szynka drobiowa 30g (Sj) Masło 10 g (MI) Bułka pszenna 100 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Ogórek kiszony 40g * jajko got. 1 szt. (J)	Zupa krupnik 250 ml (GI) Kopytka 3 kolory polane masłem 250 g (GI,MI) Surówka z marchewki 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>* kurczak got. 75g</i> <i>Obróbka termiczna: gotowanie</i>	Wafle ryżowe 2 szt. Owoc	Szynka wiejska 30 g Masło 10 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10g <i>* Szynka wiejska 30 g</i> Posilek wieczorny: Grissini – chrupiące paluchy pełnoziarniste 2 szt. (GI) , owoc	Energia: 1009 kcal / *1109 kcal Białko: 49 g / *65 g Tł. Ogółem: 38 g / * 44g Kw. Nasycone: 9 g / * 11g Węgl./w tym cukry:159 g / 16g *159 / 16g Błonnik: 10g / *10g Sód:759 mg / *833g <i>*wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym</i>
		Bogatobiałkowa oparzeniowa	Zacierki na mleku 300 ml (MI,GI,J) Paprykarz (wyrób własny) 60 g (R) 1 jajko got. (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 krupnik 300 ml (GI) Racuchy z polewą jogurtowo – truskawkową 3 szt. (MI,J,GI) serek homogenizowany 100 g (MI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka termiczna: gotowanie, smażenie</i>	Wafle ryżowe 2 szt. Owoc	Ser żółty 40 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 Sałata 10g Posilek wieczorny: Grissini – chrupiące paluchy pełnoziarniste 2 szt. (GI) , owoc	Energia: 2188 kcal Białko: 115 g Tł. Ogółem: 48 g Kw. Nasycone: 20 g Węgl./w tym cukry:324 g/25g Błonnik: 23g Sód:1450 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.

	Data	Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Średnie wartości odżywcze
<p style="text-align: center;">Szpitala Dziecięcego im. prof. dr. med. J. Bogdanowicza ul. Nieklańska 4/24, 03-924 Warszawa</p>	<p style="text-align: center;">2025.03.01. sobota</p>	<p style="text-align: center;">Podstawowa</p>	<p>Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MI)* Twarożek 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 Papryka czerwona 40 g Dżem 30 g</p>	<p>Zupa barszcz czerwony 300 ml (GI) Kolorowy kociołek (indyk, dynia, marchew, kalafior, brokuł) 180 g (GI) Kasza jęczmienna 180 g (GI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml</p> <p><i>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</i></p>	<p>Budyń śmietankowy 200 ml (MI) owoc</p>	<p>Schab got. (wyrób własny) 40g 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</p> <p>Posilek wieczorny: ciastka owsiane , owoc</p>	<p>Energia: 2018 kcal Białko: 92 g Tł. Ogółem: 50 g Kw. Nasycone: 20 g Węgl./w tym cukry:285 g/20g Błonnik: 25g Sód:1258 mg</p>
		<p style="text-align: center;">Lekkostrawna</p>	<p>Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MI) Twarożek 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 Sałata 10 g</p>	<p>Zupa barszcz czerwony 300 ml (GI) Kolorowy kociołek (indyk, dynia, marchew, cukinia) 180 g (GI) Kasza jęczmienna 180 g (GI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml</p> <p><i>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</i></p>	<p>Budyń śmietankowy 200 ml (MI) owoc</p>	<p>Schab got. (wyrób własny) 40g 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</p> <p>Posilek wieczorny: ciastka owsiane, owoc</p>	<p>Energia: 2018 kcal Białko: 92 g Tł. Ogółem: 50 g Kw. Nasycone: 20 g Węgl./w tym cukry:285 g/20g Błonnik: 25g Sód:1258 mg</p>
		<p style="text-align: center;">II rok życia *dodatek dla diety bogatobiałk.</p>	<p>Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (MI) Twarożek 50 g (MI) Masło 10 g (MI) Bułka pszenna 100 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g</p> <p><i>*szynka z indyka 30 g (Sj)</i></p>	<p>Zupa barszcz czerwony 250 ml (GI) Kolorowy kociołek (indyk, dynia, marchew, cukinia) 160 g (GI) Kasza jęczmienna 160 g (GI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml</p> <p><i>*indyk gotowany 75 g</i></p> <p><i>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</i></p>	<p>Budyń śmietankowy 200 ml (MI) owoc</p>	<p>Schab got. (wyrób własny) 30g Masło 10 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 30 g</p> <p><i>* Szynka wiejska 30 g (Sj)</i></p> <p>Posilek wieczorny: ciastka owsiane, owoc</p>	<p>Energia: 1002 kcal / *1170 kcal Białko: 48 g / *60 g Tł. Ogółem: 40 g / * 45g Kw. Nasycone: 8 g / * 10g Węgl./w tym cukry:160 g / 17g *160/ 18g Błonnik: 11g / *11g Sód:745 mg / *818g <i>*wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym</i></p>
		<p style="text-align: center;">Bogatobiałkowa oparzeniowa</p>	<p>Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MI) Twarożek 60 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 Papryka czerwona 40 g</p>	<p>Zupa barszcz czerwony 300 ml (GI) 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</p> <p><i>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</i></p>	<p>Budyń śmietankowy 200 ml (MI) owoc</p>	<p>Schab got. (wyrób własny) 40g Szynka wiejska 30 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</p> <p>Posilek wieczorny: ciastka owsiane, owoc</p>	<p>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</p>

*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.

	Data	Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Średnie wartości odżywcze
Szpitala Dziecięcego im. prof. dr. med. J. Bogdanowicza ul. Niekańska 4/24, 03-924 Warszawa	2025,03,03. poniedziałek	Podstawowa	Płatki ryżowe na mleku 300 ml (MI)* Parówka z szynki na ciepło 2 szt. (Sj) Masło 15 g (MI) Chleb pełnoziarnisty 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g ketchup 15g	Zupa z czerwonej soczewicy 300 ml (GI) Naleśniki z serem i polewą jogurtowo - truskawkową 2 szt. (MI,J,GI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka termiczna: gotowanie, smażenie beztluszczowe</i>	Pieczywo Sonko 2 szt. Owoc (GI)	Polędwica 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: ciastka Belvita (GI) , jogurt owocowy	Energia: 2158 kcal Białko: 95g Tł. Ogółem: 63 g Kw. Nasycone: 23 g Węgl./w tym cukry:280 g/26g Błonnik: 23 g Sód:1353 mg
		Lekkostrawna	Płatki ryżowe na mleku 300 ml (MI) Parówka z szynki na ciepło 50g (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 ketchup 15g	Zupa marchewkowa 300 ml (GI) Naleśniki z serem i polewą jogurtowo - truskawkową 2 szt. (MI,J,GI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka termiczna: gotowanie, smażenie beztluszczowe</i>	Pieczywo Sonko 2 szt. owoc	Pasta jajeczna z koperkiem i jogurtem 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 Belvita (GI) , jogurt owocowy	Energia: 2143 kcal Białko: 95,3 g Tł. Ogółem: 63 g Kw. Nasycone: 23 g Węgl./w tym cukry:280 g/26g Błonnik: 23 g Sód:1353 mg
		II rok życia <i>*dodatek dla diety bogatobiałk.</i>	Płatki ryżowe na mleku 250 ml (MI) Parówka z szynki na ciepło 1 szt. (Sj) Masło 10 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>	Zupa marchewkowa 250 ml (GI) Naleśniki z serem i polewą jogurtowo - truskawkową 2 szt. (MI,J,GI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>*naleśnik z serem 1 szt. (MI,GI,J)</i> <i>Obróbka termiczna: gotowanie, smażenie beztluszczowe</i>	Pieczywo Sonko 2 szt. owoc	Pasta jajeczna z koperkiem i jogurtem 50 g (J,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 Belvita (GI) , jogurt owocowy	Energia: 998 kcal / *1200 kcal Białko: 55 g / *73 g Tł. Ogółem: 37 g / * 41g Kw. Nasycone: 8 g / * 9g Węgl./w tym cukry:153 g / 14g *155 / 14g Błonnik: 9,5g / *9,5g Sód:762 mg / *825g <i>*wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym</i>
		Bogatobiałkowa oparzeniowa	Płatki ryżowe na mleku 300 ml (MI) Parówka z szynki na ciepło 3 szt. (Sj) Masło 15 g (MI) Chleb pełnoziarnisty 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g ketchup 15g	Zupa z czerwonej soczewicy 300 ml (GI) Naleśniki z serem i polewą jogurtowo - truskawkową 3 szt. (MI,J,GI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka termiczna: gotowanie, smażenie beztluszczowe</i>	Pieczywo Sonko 2 szt. owoc	Pasta jajeczna z koperkiem 60 g (J,G) 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 Belvita (GI) , jogurt owocowy	Energia: 2110 kcal Białko: 94 g Tł. Ogółem: 65 g Kw. Nasycone: 24 g Węgl./w tym cukry:340 g/28g Błonnik: 23,3g Sód:1326 mg

*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.

	Data	Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Średnie wartości odżywcze
Szpitala Dziecięcego im. prof. dr. med. J. Bogdanowicza ul. Nieklajska 4/24, 03-924 Warszawa	2025,03,04, wtorek	Podstawowa	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MI,GI)* Pasta z tuńczyka, jajka i koperku (wyr. własny) 60 g (R,J) Masło 15 g (MI) Chleb słonecznikowy 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Papyrka czerwona 40 g	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (GI,J) Kurczak pieczony 100 g Ziemniaki 180 g Surówka z marchewki 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka termiczna: gotowanie, pieczenie</i>	Serek homogenizowany waniliowy 150 ml (MI) 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: biszkopty (GI), owoc	Energia: 2089 kcal Białko: 90,3 g Tł. Ogółem: 46 g Kw. Nasycone: 17,3 g Węgl./w tym cukry:390 g/28g Błonnik: 25 g Sód:1320 mg
		Lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MI,GI) Szynka z indyka 40 g 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 pomidorowa z ryżem 300 ml (GI,J) Kurczak w sosie 100 g + 80 g (GI) Ziemniaki 180 g Surówka z marchewki 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</i>	Serek homogenizowany waniliowy 150 ml (MI) 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: biszkopty (GI), owoc	Energia: 2059 kcal Białko: 90 g Tł. Ogółem: 45,3 g Kw. Nasycone: 17 g Węgl./w tym cukry:390 g/28g Błonnik: 25 g Sód:1320 mg
		II rok życia <i>*dodatek dla diety bogatobiałk.</i>	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MI,GI) Szynka z indyka 30 g Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 30 g <i>*Szynka z indyka 30 g (Sj)</i>	Zupa pomidorowa z ryżem 250 ml (GI,J) Kurczak w sosie 100 g + 80 g (GI) Ziemniaki 180 g Surówka z marchewki 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>*pierś z kurczaka got.85 g Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</i>	Serek homogenizowany waniliowy 150 ml (MI) Owoc	Szynka wiejska 30 g (Sj) Masło 10 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g <i>*jajko 1 szt. (J)</i> Posilek wieczorny: biszkopty (GI), owoc	Energia: 994 kcal / *1091 kcal Białko: 45 g / *64 g Tł. Ogółem: 38 g / *44g Kw. Nasycone: 9 g / *11g Węgl./w tym cukry:174 g / 18g *174/18g Błonnik: 10g / *10g Sód:753 mg / *830g <i>*wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym</i>
		Bogatobiałkowa oparzeniowa	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MI,GI) Pasta z tuńczyka, jajka i koperku (wyr. własny) 60 g (R,J) Szynka z indyka 40 g Masło 15 g (MI) Chleb słonecznikowy 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Papyrka czerwona 40 g	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (GI,J) Kurczak pieczony 2 szt. 200 g Ziemniaki 180 g Surówka z białej kapusty 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka termiczna: gotowanie, pieczenie</i>	Serek homogenizowany waniliowy 150 ml (MI) Owoc	Szynka wiejska 40 g (Sj) jajko 1 szt. (J) 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: biszkopty (GI), owoc	Energia: 2120 kcal Białko: 109 g Tł. Ogółem: 49 g Kw. Nasycone: 19 g Węgl./w tym cukry:325 g/26g Błonnik: 27g Sód:1605 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.

	Data	Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczerek	Kolacja	Średnie wartości odżywcze
Szpitala Dziecięcego im. prof. dr. med. J. Bogdanowicza ul. Niekańska 4/24, 03-924 Warszawa	2025,03,05. środa	Podstawowa	Kakao na mleku 200 ml (MI)* Twaróg ze szczypiorkiem 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 konserwowy 40 g	Zupa jarzynowa 300 g (GI) Pulpet w sosie w sosie pomidorowym 85 g + 80 g (GL,J) Kasza jęczmienna 180 g szpinak gotowany 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka termiczna: gotowanie, pieczenie</i>	Jogurt nat. 150 ml (MI) ciastka owsiane 2 szt. (GI)	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 Ogórek 40 g Posilek wieczorny: owoc, serek Danonek	Energia: 2190 kcal Białko: 96,5 g Tł. Ogółem: 45 g Kw. Nasycone: 18 g Węgl./w tym cukry:325 g/26g Błonnik: 25g Sód:1343 mg
		Lekkostrawna	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MI) 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 konserwowy 40 g	Zupa jarzynowa 300 g (GI) Pulpet w sosie w sosie pomidorowym 85 g + 80 g (GL,J) Kasza jęczmienna 180 g szpinak gotowany 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka termiczna: gotowanie, pieczenie</i>	Jogurt nat. 150 ml (MI) ciastka owsiane 2 szt. (GI)	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 Pomidor 40 g Posilek wieczorny: owoc, serek Danonek	Energia: 2190 kcal Białko: 96,5 g Tł. Ogółem: 45 g Kw. Nasycone: 18 g Węgl./w tym cukry:325 g/26g Błonnik: 25g Sód:1343 mg
		II rok życia <i>*dodatek dla diety bogatobiałk.</i>	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (MI) Twaróg 50 g (MI) Masło 10 g (MI) Bułka pszenna 100 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Ogórek konserwowy 40 g <i>*szynka drobiowa 30 g (Sj)</i>	Zupa jarzynowa 250 g (GI) Pulpet w sosie w sosie pomidorowym 75 g + 80 g (GL,J) Kasza jęczmienna 160 g szpinak gotowany 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>*pulpet 75 g</i> <i>Obróbka termiczna: gotowanie, pieczenie</i>	Jogurt nat. 150 ml (MI) ciastka owsiane 2 szt. (GI)	Szynka wp. 30g (Sj) Masło 10 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 30 g <i>* Szynka wp. 30g (Sj)</i> Posilek wieczorny: owoc, serek Danonek	Energia: 1027 kcal / *1136 kcal Białko: 49 g / *66 g Tł. Ogółem: 39 g / * 44g Kw. Nasycone: 9 g / * 11g Węgl./w tym cukry:163 g / 15g *163 / 15g Błonnik: 10,5g / *10,5g Sód:755 mg / *832g <i>*wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym</i>
		Bogatobiałkowa oparzeniowa	Kakao na mleku 200 ml (MI) Twaróg ze szczypiorkiem 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 konserwowy 40 g	Zupa jarzynowa 300 g (GI) Pulpet w sosie w sosie pomidorowym 2 szt. 170 g + 80 g (GL,J) Kasza jęczmienna 180 g szpinak gotowany 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka termiczna: gotowanie, pieczenie</i>	Jogurt nat. 150 ml (MI) ciastka owsiane 2 szt. (GI)	Szynka wp. 80g (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: owoc, serek Danonek	Energia: 2200 kcal Białko: 118 g Tł. Ogółem: 49 g Kw. Nasycone: 23 g Węgl./w tym cukry:335 g/27g Błonnik: 25g Sód:1364 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.

	Data	Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Średnie wartości odżywcze
Szpitala Dziecięcego im. prof. dr. med. J. Bogdanowicza ul. Nieklańska 4/24, 03-924 Warszawa	2025,03,06 czwartek	Podstawowa	Płatki jaglane na mleku 300 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	Zupa barszcz biały 300 g (GI,MI) Spaghetti bolognese (180 g + 160g) (GI,J) Brokuł na parze 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</i>	Kasza manna z sokiem malinowym 150 g (MI) owoc	Pasztet drobiowy (wyrób 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 Ogórek kiszony 40 g Posilek wieczorny: wafle ryżowe 2 szt., owoc	Energia: 2083 kcal Białko: 96 g Tł. Ogółem: 60 g Kw. Nasycone: 20 g Węgl./w tym cukry:335 g/27g Błonnik: 23,1 g Sód:1300 mg
		Lekkostrawna	Płatki jaglane na mleku 300 ml (MI) Szyńka 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 barszcz biały 300 g (GI,MI) Spaghetti bolognese (180 g + 160g) (GI,J) Brokuł na parze 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</i>	Kasza manna z sokiem malinowym 150 g (MI) owoc	Szyńka 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: wafle ryżowe 2 szt., owoc	Energia: 1988 kcal Białko: 96 g Tł. Ogółem: 58,3 g Kw. Nasycone: 20 g Węgl./w tym cukry:335 g/27g Błonnik: 23,1 g Sód:1300 mg
		II rok życia <i>*dodatek dla diety bogatobiałk.</i>	Płatki jaglane na mleku 250 ml (MI) Szyńka z indyka 30 g (Sj) Masło 10 g (MI) Bułka pszenna 100 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 30 g <i>*jajko 1 szt.(J)</i>	Zupa barszcz biały 250 g (GI,MI) Spaghetti bolognese (160 g + 160g) (GI,J) Brokuł na parze 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>*gotowane mięso z kurczaka 70 g</i> <i>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</i>	Kasza manna z sokiem malinowym 150 g (MI) owoc	Szyńka wp. 30 g (Sj) Masło 10 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g <i>*Szyńka wp. 40 g (Sj)</i> Posilek wieczorny: wafle ryżowe 2 szt., owoc	Energia: 998 kcal / *1200 kcal Białko: 55 g / *73 g Tł. Ogółem: 37 g / * 41g Kw. Nasycone: 8 g / * 9g Węgl./w tym cukry:153 g / 14g *155 / 14g Błonnik: 9,5g / *9,5g Sód:762 mg / *825g <i>*wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym</i>
		Bogatobiałkowa oparzeniowa	Płatki jaglane na mleku 300 ml (MI) Ser żółty 40 g (MI) 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 Pomidor 40 g	Zupa barszcz biały 300 g (GI,MI) Spaghetti bolognese (80 g + 160g) (GI,J) gotowane mięso z kurczaka 80 g Brokuł na parze 120 g gotowane mięso z kurczaka 85 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</i>	Kasza manna z sokiem malinowym 150 g (MI) owoc	Pasztet drobiowy 50 g (GI,J,S) Szyńka 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 Ogórek kiszony 40 g Posilek wieczorny: wafle ryżowe 2 szt., owoc	Energia: 2175 kcal Białko: 97,5 g Tł. Ogółem: 65 g Kw. Nasycone: 24 g Węgl./w tym cukry:340 g/28g Błonnik: 23,3g Sód:1326 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.

	Data	Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Średnie wartości odżywcze
Szpitala Dziecięcego im. prof. dr. med. J. Bogdanowicza ul. Niekańska 4/24, 03-924 Warszawa	2025,03,07 piątek	Podstawowa	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MI,GI) Serek homog 60 g (MI) Masło 15 g (MI) Chleb słonecznikowy 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Papryka 40 g Dżem 30 g	Zupa barszcz czerwony 300 ml Kotlet rybny 85 g (GI,J,R) Ziemniaki 180 g Surówka z białej kapusty 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka termiczna: gotowanie, smażenie</i>	Ciasto 50 g (GI,J) 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 Sałata 10 g Posilek wieczorny: Grissini – chrupiące paluchy pełnoziarniste 2 szt. (GI) , owoc	Energia: 2141 kcal Białko: 98,6 g Tł. Ogółem: 45 g Kw. Nasycone: 18,3 g Węgl./w tym cukry:325 g/26g Błonnik: 25g Sód:1343 mg
		Lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MI,GI) Serek homog 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 zielony 40 g Dżem 30 g	Zupa barszcz czerwony 300 ml Ryba pieczona z warzywami (marchew, pomidor) (85 g + 100 g) (R) Ziemniaki 180 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka termiczna: gotowanie, pieczenie</i>	Ciasto 50 g (GI,J) 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 Sałata 10 g Posilek wieczorny: Grissini – chrupiące paluchy pełnoziarniste 2 szt. (GI) , owoc	Energia: 2000 kcal Białko: 98 g Tł. Ogółem: 43,2 g Kw. Nasycone: 18 g Węgl./w tym cukry: 325 g/26g Błonnik: 25g Sód:1303 mg
		II rok życia <i>*dodatek dla diety bogatobiałk.</i>	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MI,GI) Serek homog 50 g (MI) Masło 10 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Papryka 30 g Dżem 30 g <i>* szynka drobiowa 30 g (Sj)</i> <i>* Jajko got. ½ szt. (J)</i>	Zupa barszcz czerwony 250 ml Ryba pieczona z warzywami (marchew, pomidor) (75 g + 100 g) (R) Ziemniaki 160 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>*ryba pieczona 75 g (R,GI,J)</i> <i>Obróbka termiczna: gotowanie, pieczenie</i>	Ciasto 50 g (GI,J) owoc	Pasta jajeczna z koperkiem (wyr.własny) 50 g (J,MI) Masło 10 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g <i>*połędwica drobiowa 40 g (Sj)</i> Posilek wieczorny: Grissini – chrupiące paluchy pełnoziarniste 2 szt. (GI) , owoc	Energia: 998 kcal / *1200 kcal Białko: 55 g / *73 g Tł. Ogółem: 37 g / * 41g Kw. Nasycone: 8 g / * 9g Węgl./w tym cukry:153 g / 14g *155 / 14g Błonnik: 9,5g / *9,5g Sód:762 mg / *825g <i>*wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym</i>
		Bogatobiałkowa oparzeniowa	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MI,GI) Serek homog 60 g (MI) szynka drobiowa 30 g (Sj) Masło 15 g(MI) Chleb słonecznikowy 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Ogórek zielony 40 g Dżem 30 g	Zupa barszcz czerwony 300 ml Kotlet rybny 2 szt. 170 g (GI,J,R) Ziemniaki 180 g Surówka z białej kapusty 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka termiczna: gotowanie, smażenie</i>	Ciasto 50 g (GI,J) owoc	Pasta jajeczna z koperkiem (wyr.własny) 60 g(J,MI) połędwica drobiowa 30 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: Grissini – chrupiące paluchy pełnoziarniste 2 szt. (GI) , owoc	Energia: 2200 kcal Białko: 124 g Tł. Ogółem: 49 g Kw. Nasycone: 23 g Węgl./w tym cukry:335 g/27g Błonnik: 25g Sód:1314 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.