

	Data	Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Średnie wartości odżywcze
Szpitala Dziecięcego im. prof. dr. med. J. Bogdanowicza ul. Niekańska 4/24, 03-924 Warszawa 2025.03.08 sobota	2025.03.08 sobota	Podstawowa	Płatki ryżowe na mleku 300 ml (MI) Ser topiony 40 g (MI) szynka wp. 40 g (Sj) Masło 20 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 <i>*indyk got. 85 g</i>	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: 2178 kcal Białko: 91 g Tł. Ogółem: 75 g Kw. Nasycone: 26 g Węgl./w tym cukry:340 g/28g Błonnik: 23 g Sód:1370 mg
		Lekkostrawna	Płatki ryżowe na mleku 300 ml (MI) szynka wp. 50 g (Sj) Masło 20 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 <i>*indyk got. 85 g</i>	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: 2178 kcal Białko: 96 g Tł. Ogółem: 75 g Kw. Nasycone: 24 g Węgl./w tym cukry:335 g/27g Błonnik: 23,1 g Sód:1300 mg
		II rok życia <i>*dodatek dla diety</i>	Płatki ryżowe na mleku 300 ml (MI) szynka wp. 50 g (Sj) Masło 20 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> <i>* Jajko got. ½ 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: 1004 kcal / *1200 kcal Białko: 55 g / *73 g Tł. Ogółem: 48 g /* 49g Kw. Nasycone: 9 g /* 10g Węgl./w tym cukry:153 g / 14g *155 / 14g Błonnik: 9,5g / *9,5g Sód:762 mg / *825g *wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym
		Bogaobiałkowa Oparzenie	Płatki ryżowe na mleku 300 ml (MI) Ser topiony 40 g (MI) Jajko got. 1 szt. (J) Masło 20 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 <i>*indyk got. 85 g</i>	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	Energia: 2177 kcal Białko: 94 g Tł. Ogółem: 75 g Kw. Nasycone: 26 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 2025.03.09 niedziela		Podstawowa	Płatki żytnie na mleku 300 ml (MI,GI) Szyńka 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 <i>Obróbka termiczna: smażenie</i>	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: 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 żytnie na mleku 300 ml (MI,GI) Szyńka 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 <i>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</i>	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: 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 *dodatek dla diety	Płatki żytnie na mleku 300 ml (MI,GI) Szyńka wiejska 40g (Sj) Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 100 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g * Szyńka wiejska 30g (Sj)	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>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</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 * Ser biały 60 g (MI) Posilek wieczorny: Ciastka wielozbożowe Witanella 4 szt. (GI,J,MI) , 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 *wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym
		Bogatobiałkowa Oparzeniowa	Płatki żytnie na mleku 300 ml (MI,GI) Szyńka 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 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 <i>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</i>	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: 2155 kcal Białko: 110 g Tł. Ogółem: 49 g Kw. Nasycone: 20 g Węgl./w tym cukry:304 g/25g Błonnik: 23g Sód:1450 mg

	Data	Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Średnie wartości odżywcze
Szpitala Dziecięcego im. prof. dr. med. J. Bogdanowicza ul. Niekińska 4/24, 03-924 Warszawa	2025.03.10 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 <i>Obróbka termiczna: gotowanie</i>	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: 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) 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 <i>Obróbka termiczna: gotowanie</i>	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: 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 *dodatek dla diety	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 * jajko got.1/2 szt. (J)	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 *Ser homogenizowany 100g <i>Obróbka termiczna: gotowanie</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 * Parówka z szynki na ciepło 1 szt. (Sj) Posilek wieczorny: jogurt owocowy 150 g (MI), wafle ryżowe 2 szt.	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 *wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym
		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) Surówka z marchewki i jabłka 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml Ser homogenizowany 100 g <i>Obróbka termiczna: gotowanie</i>	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: 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
Szpitala Dziecięcego im. prof. dr. med. J. Bogdanowicza ul. Nieklańska 4/24, 03-924 Warszawa	2025.03.11 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 ziemniaczana 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>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</i>	Budyń śmietankowy 150 ml (MI) owoc	Paszтет 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: 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
		Lekkostrawna	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MI) Szyńka 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 ziemniaczana 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>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</i>	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: 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
		II rok życia <i>*dodatek dla diety .</i>	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MI) Szyńka 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 ziemniaczana 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>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</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: 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 Błonnik: 11g / *11g Sód:745 mg / *818g <i>*wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym</i>
		Bogatobiałkowa oparzeniowa	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MI) Ser żółty 40g (MI) Szyńka 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 ziemniaczana 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 <i>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</i>	Budyń śmietankowy 200 ml (MI) owoc	Paszтет 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.

	Data	Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Średnie wartości odżywcze
Szpitala Dziecięcego im. prof. dr. med. J. Bogdanowicza ul. Nieklańska 4/24, 03-924 Warszawa	2025.03.12 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 dżem 30 g	Zupa krupnik 300 ml (GI) spaghetti(GI,J) Surówka z kapusty pekińskiej 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka termiczna: smażenie, pieczenie</i>	Jogurt owocowy 100 ml (MI) Biszkopty 3 szt. (GI,J)	Paprykarz (wyrób własny) 60 g (R) 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: 2200 kcal Białko: 100 g Tł. Ogółem: 60 g Kw. Nasycone: 18,7 g Węgl./w tym cukry:336 g/28g Błonnik: 27g Sód:1358 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 dżem 30 g	Zupa krupnik 300 ml (GI) spaghetti(GI,J) Surówka z kapusty pekińskiej 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</i>	Jogurt owocowy 100 ml (MI) Biszkopty 3 szt. (GI,J)	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: 2200 kcal Białko: 100 g Tł. Ogółem: 60 g Kw. Nasycone: 18,7 g Węgl./w tym cukry:336 g/28g Błonnik: 27g Sód:1358 mg
		II rok życia *dodatek dla diety	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 dżem 30 g *Serek homog. 60 g (MI)	Zupa krupnik 300 ml (GI) spaghetti.(GI,J) Surówka z kapusty pekińskiej 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</i>	Jogurt owocowy 100 ml (MI) Biszkopty 3 szt. (GI,J)	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 *Szynka wp. 40 g (Sj) Posilek wieczorny: pieczywo Wasa 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 *wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym
		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 dżem 30 g	Zupa krupnik 300 ml (GI) spaghettit.(GI,J) Surówka z kapusty pekińskiej 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka termiczna: smażenie, duszenie</i>	Jogurt owocowy 100 ml (MI) Biszkopty 3 szt. (GI,J)	Paprykarz (wyrób własny) 60 g (R) 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: 2280 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 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. Nieklańska 4/24, 03-924 Warszawa	2025.03.13 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 <i>Obróbka termiczna: smażenie</i>	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: 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) 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 <i>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</i>	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: 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</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> <i>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</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: 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 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 <i>Obróbka termiczna: smażenie</i>	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: 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** - 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
2025.03.14 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 <i>Obróbka termiczna: smażenie</i>	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: 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 kukurydziane 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 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 <i>Obróbka termiczna: gotowanie</i>	Galaretka agrestowa 200 ml owoc	Szyńka 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: 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 *dodatek dla diety	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MI) Szyńka 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 *szyńka z indyka. 40 g (Sj)	Zupa jarzynowa 300 ml (GI) Makaron z polewą jogurtowo - jagodową (180g + 160 g) (GI,J,MI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml *serek homog. 100 g (MI) <i>Obróbka termiczna: gotowanie</i>	Galaretka agrestowa 200 ml owoc	Szyńka wiejska 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g *Szyńka wiejska 40 g (Sj) Posilek wieczorny: Wafle ryżowe 3 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 *wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym
	Bogatobiałkowa oparzeniowa	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MI) Ser żółty 40 g(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 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 <i>Obróbka termiczna: smażenie</i>	Galaretka agrestowa 200 ml owoc	Pasta z tuńczyka, jajka i koperku (wyr. własny) 60 g (R,J) Szyńka 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: 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

	Data	Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Średnie wartości odżywcze
Szpitala Dziecięcego im. prof. dr. med. J. Bogdanowicza ul. Niekańska 4/24, 03-924 Warszawa	2025.03.15 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 <i>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</i>	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: 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	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 <i>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</i>	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: 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 *dodatek dla diety	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 *jajko got. 1 szt.(J)	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 *indyk gotowany 80 g <i>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</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 * Szynka wiejska 40 g Posilek wieczorny: jogurt owocowy 100 ml (MI), pieczywo Wasa 2 szt. (GI)	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 *wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym
		Bogatobiałko 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 <i>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</i>	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: 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
<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;">2025.03.16 niedziela</p>	Podstawowa	<p>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</p>	<p>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</p>	<p>Herbatniki 50 g (GI,MI,Sj) Soczek jabłkowy w kartoniku 200 ml</p>	<p>Pasta z szynki i jajka 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</p>	<p>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</p>
		Lekkostrawna	<p>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</p>	<p>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</p>	<p>Herbatniki 50 g (GI,MI,Sj) Soczek jabłkowy w kartoniku 200 ml</p>	<p>Pasta z szynki i jajka (szynka, jajko, koperk, 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</p>	<p>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</p>
		II rok życia <i>*dodatek dla diety</i>	<p>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></p>	<p>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</p>	<p>Herbatniki 50 g (GI,MI,Sj) Soczek jabłkowy w kartoniku 200 ml</p>	<p>Pasta z szynki i jajka (szynka, jajko, koperk, 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</p>	<p>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 *wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym</p>
		Bogatobiałkowa oparzeniowa	<p>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</p>	<p>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</p>	<p>Herbatniki 50 g (GI,MI,Sj) Soczek jabłkowy w kartoniku 200 ml</p>	<p>Pasta z szynki i jajka 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</p>	<p>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</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. Nieckańska 4/24, 03-924 Warszawa	2025.03.17 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: 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 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: 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 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: 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 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 Posilek wieczorny: pieczywo Sonko 2 szt. (GI) , 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.

*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.