

	Data	Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Średnie wartości odżywcze
Szpitala Dziecięcego im. prof. dr. med. J. Bogdanowicza ul. Niekańska 4/24, 03-924 Warszawa	2023.12.24. Niedziela Wigilia Bożego Narodzenia	Podstawowa	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MI,GI)* Pasta z zielonego groszku i jajka 60 g (J,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 krupnik 300 ml (S,GI) Kopytka z masłem 250 g (wyr.własny) (MI,GI,J) Surówka z marchewki i jabłka 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka term.: gotowanie</i>	Kisiel truskawkowy 200 ml Chrupki kukurydziane 15 g	Barszcz wigilijny 250 g Ryba po grecku (wyr. własny) 80 g (R) Sałatka jarzynowa 100 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 Posilek wieczorny: Pomarańcza	Energia: 2200 kcal Białko: 108 g Tł. Ogółem: 71 g Kw. Nasycone: 23,5 g Węgl./w tym cukry:345 g/27g Błonnik: 26,3 g Sód:1390 mg
		Lekkostrawna	Płatki owsiane 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	Zupa krupnik 300 ml (S,GI) Kopytka z masłem 250 g (wyr.własny) (MI,GI,J) Surówka z marchewki i jabłka 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka term.: gotowanie</i>	Kisiel truskawkowy 200 ml Chrupki kukurydziane 15 g	Barszcz wigilijny 250 g Ryba po grecku (wyr. własny) 80 g (R) Sałatka jarzynowa lekkostrawna 100 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 Posilek wieczorny: Pomarańcza	Energia: 2210 kcal Białko: 109 g Tł. Ogółem: 71 g Kw. Nasycone: 23,5 g Węgl./w tym cukry:345 g/27g Błonnik: 26 g Sód:1380 mg
		II rok życia <i>*dodatek dla diety bogatobiałk.</i>	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MI,GI) Ser biały 50 g (MI) Masło 10 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g <i>* Ser biały 60 g (MI)</i>	Zupa krupnik 250 ml (S,GI) Kopytka z masłem 230 g (wyr.własny) (MI,GI,J) Surówka z marchewki i jabłka 100 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>*kurczak gotowany w sosie 80g +80 g</i> <i>Obróbka term.: gotowanie</i>	Kisiel truskawkowy 200 ml Chrupki kukurydziane 15 g	Barszcz wigilijny 200 g Ryba po grecku (wyr. własny) 60 g (R) Sałatka jarzynowa lekkostrawna 80 g (J,MI) Masło 10 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Posilek wieczorny: Pomarańcza	Energia: 1100 kcal / *1136 kcal Białko: 50 g / *68 g Tł. Ogółem: 40 g / *44g Kw. Nasycone: 9 g / *11g Węgl./w tym cukry:163g /15g *163 / 15g Błonnik: 10,5g / *10,5g Sód:755 mg / *832g <i>*wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym</i>
		Bogatobiałkowa oparzeniowa	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MI,GI) Pasta z zielonego groszku i jajka 60 g (J,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 krupnik 300 ml (S,GI) Kurczak gotowany w sosie 80 g + 80 g (GI) Kopytka 250 g (wyr.własny) (GI,J) Surówka z marchewki i jabłka 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka term.: gotowanie</i>	Kisiel truskawkowy 200 ml Chrupki kukurydziane 15 g	Barszcz wigilijny 250 g Ryba po grecku (wyr. własny) 80 g (R) Sałatka jarzynowa 100 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 Posilek wieczorny: Pomarańcza	Energia: 2211 kcal Białko: 121 g Tł. Ogółem: 53 g Kw. Nasycone: 21 g Węgl./w tym cukry:344 g/39g Błonnik: 24g Sód:1400 mg

*Skróty alergénów: **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	Podwieczorek	Kolacja	Średnie wartości odżywcze
Szpitala Dziecięcego im. prof. dr. med. J. Bogdanowicza ul. Niekańska 4/24, 03-924 Warszawa	2023.12.25. Poniedziałek I Dzień Świąt	Podstawowa	Kawa zbożowa na mleku 200 ml(MI)* Paszтет drobiowy (wyr. własny) 40 g (GI,J,S) Jajko got. 1 szt.(J) majonez 15 g (G) 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	Zupa rosół z makaronem 300 ml (S,GI,J) Kotlet schabowy 85 g (GI,J) Ziemniaki 180 g Buraki got. 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka term.: gotowanie, smażenie</i>	Ciasto 60 g (GI,J) owoc	Szynka wiejska 30 g (Sj) Pasta z tuńczyka, jajka i koperku (wyr. własny) 50 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 30 g Posiłek wieczorny: wafle ryżowe 2 szt. , soczek w kartoniku 200 ml	Energia: 2250 kcal Białko: 111 g Tł. Ogółem: 72 g Kw. Nasycone: 23,1 g Węgl./w tym cukry:349 g/26g Błonnik: 26,6 g Sód:1387 mg
		Lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MI,GI) Szynka drobiowa 30 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 Pomidor 30 g	Zupa rosół z makaronem 300 ml (S,GI,J) Schab w sosie 85 g + 80 g (GI) ziemniaki 180 g Buraki got. 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka term.: gotowanie, pieczenie</i>	Ciasto 60 g (GI,J) owoc	Szynka wiejska 30 g (Sj) Pasta z tuńczyka, jajka i koperku (wyr. własny) 50 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 Sałata 10 g Posiłek wieczorny: wafle ryżowe 2 szt. , soczek w kartoniku 200 ml	Energia: 2210 kcal Białko: 111,3 g Tł. Ogółem: 71,1 g Kw. Nasycone: 23 g Węgl./w tym cukry:346 g/26g Błonnik: 26,6 g Sód:1381 mg
		II rok życia *dodatek dla diety bogatobiałk.	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MI,GI) Szynka drobiowa 30 g Jajko got. 1 szt. (J) Masło 10 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 30 g	Zupa rosół z makaronem 250 ml (S,GI,J) Schab w sosie 80 g + 80 g (GI) ziemniaki 160 g Buraki got. 100 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>*schab pieczony 80 g Obróbka term.: gotowanie, pieczenie</i>	Ciasto 60 g (GI,J) owoc	Szynka wiejska 30 g (Sj) Pasta z tuńczyka, jajka i koperku (wyr. własny) 40 g (R,J) Masło 10 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g Posiłek wieczorny: wafle ryżowe 2 szt. , soczek w kartoniku 200 ml	Energia: 1105 kcal / *1138 kcal Białko: 51 g / *69 g Tł. Ogółem: 40,3 g / * 44g Kw. Nasycone: 9,5 g / * 11,3g Węgl./w tym cukry:162g /15g *163 / 15g Błonnik: 10,5g / *10,5g Sód:752 mg / *830g <i>*wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym</i>
		Bogatobiałkowa oparzeniowa	Kawa zbożowa na mleku 200 ml (MI) Paszтет drobiowy (wyr. własny) 40 g (GI,J,S) 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 Pomidor 30 g	Zupa rosół z makaronem 300 ml (S,GI,J) Kotlet schabowy 2 szt. 170 g (GI,J) Ziemniaki 180 g Buraki got. 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka term.: gotowanie, smażenie</i>	Ciasto 60 g (GI,J) owoc	Szynka wiejska 30 g (Sj) Pasta z tuńczyka, jajka i koperku (wyr. własny) 50 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 30 g Posiłek wieczorny: wafle ryżowe 2 szt. , soczek w kartoniku 200 ml	Energia: 2218 kcal Białko: 122 g Tł. Ogółem: 73 g Kw. Nasycone: 23,2 g Węgl./w tym cukry:350 g/29g Błonnik: 26,6 g Sód:1400 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	Podwieczorek	Kolacja	Średnie wartości odżywcze
Szpitala Dziecięcego im. prof. dr. med. J. Bogdanowicza ul. Niekańska 4/24, 03-924 Warszawa	2023.12.26. Wtorek II Dzień Świąt	Podstawowa	Kakao na mleku 250 ml (MI) Schab pieczony (wyrób własny) 30 g Ser biały ze szczypiorkiem 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 pomidorowa z makaronem 300 ml (S,GI,J,MI) Kurczak pieczony 120g Ziemniaki 180 g Surówka z kap. pekińskiej 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka term.: gotowanie, pieczenie</i>	Ciasto 60 g (GI,J) owoc	Paprykarz (wyrób własny) 50 g (R) Szynka 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 Ogórek kiszony 40 g Posilek wieczorny: jogurt owocowy 100 ml (MI)	Energia: 2218 kcal Białko: 108 g Tł. Ogółem: 71,5 g Kw. Nasycone: 23 g Węgl./w tym cukry:340 g/25g Błonnik: 24 g Sód:1310 mg
		Lekkostrawna	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MI) Schab pieczony (wyrób własny) 30 g Ser biały z koperkiem 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 Pomidor 40 g	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (S,GI,J,MI) Kurczak w sosie 120g + 80 g (GI) Ziemniaki 180 g Surówka z kap. pekińskiej 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka term.: gotowanie, duszenie</i>	Ciasto 60 g (GI,J) owoc	Pasta rybna lekkostrawna (morszczuk pieczony, marchew, pomidor) wyr.własny 50g (R) Szynka 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: jogurt owocowy 100 ml (MI)	Energia: 2211 kcal Białko: 108 g Tł. Ogółem: 71,2 g Kw. Nasycone: 23 g Węgl./w tym cukry:342 g/25g Błonnik: 24 g Sód:1300 mg
		II rok życia <i>*dodatek dla diety bogatobiałk.</i>	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (MI) Schab pieczony (wyrób własny) 30 g Ser biały z koperkiem 50 g (MI) Masło 10 g (MI) Bułka pszenna 100 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 30 g	Zupa pomidorowa z makaronem 250 ml (S,GI,J,MI) Kurczak w sosie 100g + 80 g (GI) Ziemniaki 160 g Surówka z kap. pekińskiej 100 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>*kurczak got. 80 g</i> <i>Obróbka term.: gotowanie, duszenie</i>	Ciasto 60 g (GI,J) owoc	Pasta rybna lekkostrawna (morszczuk pieczony, marchew, pomidor) wyr.własny 40g (R) Szynka drobiowa 30 g (Sj) Masło 10 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g Posilek wieczorny: jogurt owocowy 100 ml (MI)	Energia: 11058 kcal / *1137kcal Białko: 51,3 g / *69,1 g Tł. Ogółem: 40 g / * 45g Kw. Nasycone: 9,8 g / * 11,5g Węgl./w tym cukry:162g /15g *164 / 16g Błonnik: 10,5g / *10,5g Sód:758 mg / *833g <i>*wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym</i>
		Bogatobiałkowa oparzeniowa	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MI) Schab pieczony (wyrób własny) 30 g Ser biały ze szczypiorkiem 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 30 g	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (S,GI,J,MI) Kurczak pieczony 120g Ziemniaki 180 g Surówka z kap. pekińskiej 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka term.: gotowanie, pieczenie</i>	Ciasto 60 g (GI,J) owoc	Paprykarz (wyrób własny) 50 g (R) Szynka 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 Ogórek kiszony 40 g Posilek wieczorny: jogurt owocowy 100 ml (MI)	Energia: 2221 kcal Białko: 120,3 g Tł. Ogółem: 72,3 g Kw. Nasycone: 23,2 g Węgl./w tym cukry:345 g/28g Błonnik: 25,3 g Sód:1380 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. Niekińska 4/24, 03-924 Warszawa	2023.12.27. środa	Podstawowa	Płatki żytnie 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 pomidor 40 g dżem 30 g	Zupa barszcz czerwony 300 ml (S,GI) Zapiekanka makaronowa z warzywami i serem mozzarella 270 g (GI,J,MI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka term.: gotowanie, pieczenie</i>	Galaretka morelowa 200 ml 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 Posilek wieczorny: owoc, biszkopty 3 szt. (GI,J)	Energia: 1909 kcal Białko: 98 g Tł. Ogółem: 61 g Kw. Nasycone: 23 g Węgl./w tym cukry:390 g/29g Błonnik: 26g Sód:1320 mg
		Lekkostrawna	Płatki żytnie 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 pomidor 40 g dżem 30 g	Zupa barszcz czerwony 300 ml (S,GI) Gulasz wieprzowy z warzywami (marchewka, cukinia) 190 g (GI) Makaron 190 g (GI,J) Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka term.: gotowanie, pieczenie</i>	Galaretka morelowa 200 ml 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 Posilek wieczorny: owoc, biszkopty 3 szt. (GI,J)	Energia: 1880 kcal Białko: 98 g Tł. Ogółem: 60 g Kw. Nasycone: 20 g Węgl./w tym cukry:335 g/27g Błonnik: 25 g Sód:1300 mg
		II rok życia <i>*dodatek dla diety bogatobiałk.</i>	Płatki żytnie na mleku 250 ml (MI,GI) Szynka wiejska 30 g Masło 10 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g pomidor 40 g dżem 30 g <i>*jajko got. 1 szt. (J)</i>	Zupa barszcz czerwony 300 ml (S,GI) Gulasz wieprzowy z warzywami (marchewka, cukinia) 180 g (GI) Makaron 170 g (GI,J) Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>*mięso gulaszowe. 80 g</i> <i>Obróbka term.: gotowanie, pieczenie</i>	Galaretka morelowa 200 ml owoc	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> Posilek wieczorny: owoc, biszkopty 3 szt. (GI,J)	Energia: 998 kcal / *1190 kcal Białko: 55 g / *73 g Tł. Ogółem: 38 g /* 41g Kw. Nasycone: 8 g /* 9g Węgl./w tym cukry:160 g /15g *165 / 15g Błonnik: 9,5g / *9,5g Sód:762 mg / *825g <i>*wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym</i>
		Bogatobiałkowa oparzeniowa	Płatki żytnie na mleku 300 ml (MI,GI) Szynka wiejska 40 g 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 dżem 30 g	Zupa barszcz czerwony 300 ml (S,GI) Zapiekanka makaronowa z warzywami i serem mozzarella 270 g (GI,J,MI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka term.: gotowanie, pieczenie</i>	Galaretka morelowa 200 ml 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: owoc, biszkopty 3 szt. (GI,J)	Energia: 2183 kcal Białko: 119 g Tł. Ogółem: 70 g Kw. Nasycone: 24 g Węgl./w tym cukry:340 g/28g Błonnik: 26g Sód:1326 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	Podwieczorek	Kolacja	Średnie wartości odżywcze
Szpitala Dziecięcego im. prof. dr. med. J. Bogdanowicza ul. Niekańska 4/24, 03-924 Warszawa	2023.12.28. czwartek	Podstawowa	Kasza manna na mleku 300 ml (MI,GI) Pasta pomidorowa 60 g (MI) Masło 15 g (MI) Chleb pełnoziarnisty 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Cukier 15 g ogórek 40 g	Zupa jarzynowa z makaronem 300 g (GI,J) Pierś z kurczaka w sosie 85 g + 80g (GI) Ryż 180 g Marchew got. 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka term.: gotowanie, duszenie</i>	Serek homogenizowany z brzoskwinia (wyrób własny) 150 g (MI)	Szynka królewska 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 Posiłek wieczorny: paluch Grissini 2 szt. (GI) , owoc	Energia: 1930 kcal Białko: 95 g Tł. Ogółem: 44 g Kw. Nasycone: 18 g Węgl./w tym cukry:325 g/26g Błonnik: 24g Sód:1350 mg
		Lekkostrawna	Kasza manna na mleku 300 ml (MI,GI) Twaróg 70 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 jarzynowa z makaronem 300 g (GI,J) Pierś z kurczaka w sosie 85 g + 80g (GI) Ryż 180 g Marchew got. 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka term.: gotowanie, duszenie</i>	Serek homogenizowany z brzoskwinia (wyrób własny) 150 g (MI)	Szynka królewska 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 Posiłek wieczorny: paluch Grissini 2 szt. (GI) , owoc	Energia: 1930 kcal Białko: 95 g Tł. Ogółem: 44 g Kw. Nasycone: 18 g Węgl./w tym cukry:324 g/26g Błonnik: 23,2g Sód:1350 mg
		II rok życia *dodatek dla diety bogatobiałk.	Kasza manna na mleku 250 ml (MI,GI) Twaróg 60 g (MI) Masło 10 g (MI) Bułka pszenna 100 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g *jajko 1 szt. (J)	Zupa jarzynowa z makaronem 250 g (GI,J) Pierś z kurczaka w sosie 85 g + 80g (GI) Ryż 160 g Marchew got. 100 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml *pierś z kurczaka got. 85 g <i>Obróbka term.: gotowanie, duszenie</i>	Serek homogenizowany z brzoskwinia (wyrób własny) 150 g (MI)	Szynka królewska 30 g (Sj) Masło 10 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g * Szynka królewska 40 g (Sj) Posiłek wieczorny: paluch Grissini 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 *160 / 16g Błonnik: 10g / *10g Sód:759 mg / *833g *wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym
		Bogatobiałkowa oparzeniowa	Kasza manna na mleku 300 ml (MI,GI) Pasta pomidorowa 60 g (MI) jajko 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 40 g	Zupa jarzynowa z makaronem 300 g (GI,J) Pierś z kurczaka w sosie 170 g + 80g (GI) Ryż 180 g Marchew got. 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka term.: gotowanie, duszenie</i>	Serek homogenizowany z brzoskwinia (wyrób własny) 150 g (MI)	Szynka królewska 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 Pomidor 40 g Posiłek wieczorny: paluch Grissini 2 szt. (GI) , owoc	Energia: 2108 kcal Białko: 115 g Tł. Ogółem: 48 g Kw. Nasycone: 20 g Węgl./w tym cukry:325 g/25g Błonnik: 23g Sód:1450 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	Podwieczorek	Kolacja	Średnie wartości odżywcze
Szpitala Dziecięcego im. prof. dr. med. J. Bogdanowicza ul. Niekańska 4/24, 03-924 Warszawa	2023.12.29, piątek	Podstawowa	Kawa zbożowa na mleku 250 ml (MI)* Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 60 g (J,G) 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 z soczewicy 300 ml (GI) Naleśniki z serem i polewą jogurtowo – truskawkową 2 szt.(GI,J,MI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka term.: gotowanie, smażenie beztuszczowe</i>	Wafle ryżowe 3 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 10 g Posilek wieczorny: Jogurt nat. 90 g (MI), owoc	Energia: 2130 kcal Białko: 89 g Tł. Ogółem: 44 g Kw. Nasycone: 19 g Węgl./w tym cukry:303 g/25g Błonnik: 23g Sód:1303 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 marchewkowa 300 ml (GI) Naleśniki z serem i polewą jogurtowo – truskawkową 2 szt.(GI,J,MI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka term.: gotowanie, smażenie beztuszczowe</i>	Wafle ryżowe 3 szt. 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 Sałata 10 g Posilek wieczorny: Jogurt nat. 90 g (MI), owoc	Energia: 2120 kcal Białko: 86 g Tł. Ogółem: 42 g Kw. Nasycone: 18 g Węgl./w tym cukry:300 g/24g Błonnik: 23g Sód:1300 mg
		II rok życia *dodatek dla diety bogatobiałk.	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MI,GI) Pasta jajeczna z koperkiem i jogurtem 50 g (J,MI) Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 100 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g * Szynka wiejska 40 g (Sj)	Zupa marchewkowa 250 ml (GI) Naleśniki z serem i polewą jogurtowo – truskawkową 2 szt.(GI,J,MI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>*naleśnik z serem 1 szt.</i> <i>Obróbka term.: gotowanie, smażenie beztuszczowe</i>	Wafle ryżowe 3 szt. owoc	Szynka drobiowa 30 g (Sj) Masło 10 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g *Szynka drobiowa 40 g (Sj) Posilek wieczorny: Jogurt nat. 90 g (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 owsiane na mleku 300 ml (MI,GI) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 60 g (J,G) Szynka wiejska 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 z soczewicy 300 ml (GI) Naleśniki z serem i polewą jogurtowo – truskawkową 3 szt.(GI,J,MI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka term.: gotowanie, smażenie beztuszczowe</i>	Wafle ryżowe 3 szt. owoc	Ser żółty 40 g (MI) 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: Jogurt nat. 90 g (MI), 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:1365 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. Niekińska 4/24, 03-924 Warszawa	2023.12.30. sobota	Podstawowa	Płatki jaglane 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 Pomidor 40 g	Zupa barszcz biały 300 ml (MI,GI) Gulasz drobiowy 180 g (GI) Kasza bulgur 180 g (GI) Surówka z białej kapusty 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka term.: gotowanie, duszenie</i>	Kasza manna z sokiem malinowym (GI,MI) owoc	Ser topiony 50 g (MI) 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, biszkopty 3 szt. (GI,J)	Energia: 1900 kcal Białko: 90 g Tł. Ogółem: 63 g Kw. Nasycone: 23 g Węgl./w tym cukry:340 g/28g Błonnik: 23,1g Sód:1320 mg
		Lekkostrawna	Płatki jaglane 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 Pomidor 40 g	Zupa barszcz biały 300 ml (MI,GI) Gulasz drobiowy 180 g (GI) Kasza bulgur 180 g (GI) Marchew got. 120 g (GI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka term.: gotowanie, duszenie</i>	Kasza manna z sokiem malinowym (GI,MI) 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: owoc, biszkopty 3 szt. (GI,J)	Energia: 1850 kcal Białko: 90 g Tł. Ogółem: 60 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) Szynka wiejska 40 g Masło 10 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g <i>* Szynka wiejska 40 g</i>	Zupa barszcz biały 250 ml (MI,GI) Gulasz drobiowy 180 g (GI) Kasza bulgur 180 g (GI) Marchew got. 120 g (GI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>*mięso gulaszowe 80 g</i> <i>Obróbka term.: gotowanie, duszenie</i>	Kasza manna z sokiem malinowym (GI,MI) owoc	Szynka z indyka 30 g (Sj) Masło 10 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: owoc, biszkopty 3 szt. (GI,J)	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) Szynka wiejska 80 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 barszcz biały 300 ml (MI,GI) Gulasz drobiowy 180 g (GI) Dodatek mięsa gulaszowego 85 g Kasza bulgur 180 g (GI) Marchew got. 120 g (GI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka term.: gotowanie, duszenie</i>	Kasza manna z sokiem malinowym (GI,MI) owoc	Ser topiony 50 g (MI) 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 Ogórek 40 g Posilek wieczorny: owoc, biszkopty 3 szt. (GI,J)	Energia: 2103 kcal Białko: 68 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. Niekińska 4/24, 03-924 Warszawa	2023.12.31. niedziela	Podstawowa	Płatki jęczmienne 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) Cukier 15 g Papryka czerwona 40 g dżem 30 g	Zupa zacierkowa 300 ml (GI,J) Klops w sosie w sosie pomidorowym 85 g + 80 g (GI,J) Kasza jęczmienna 180 g Surówka z kap. pekińskiej 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka term.: gotowanie, duszenie</i>	Kisiel malinowy 200 ml 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 Ogórek kiszony 40 g Posilek wieczorny: Jogurt owocowy 150g (MI) , pałki kukurydziane 3 szt.	Energia: 1950 kcal Białko: 98 g Tł. Ogółem: 63 g Kw. Nasycone: 23 g Węgl./w tym cukry:340 g/28g Błonnik: 26,1g Sód:1320 mg
		Lekkostrawna	Płatki jęczmienne 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 Pomidor 40 g dżem 30 g	Zupa zacierkowa 300 ml (GI,J) Klops w sosie w sosie pomidorowym 85 g + 80 g (GI,J) Kasza jęczmienna 180 g Surówka z kap. pekińskiej 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka term.: gotowanie, duszenie</i>	Kisiel malinowy 200 ml 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 Posilek wieczorny: Jogurt owocowy 150g (MI) , pałki kukurydziane 3 szt.	Energia: 1920 kcal Białko: 98 g Tł. Ogółem: 60 g Kw. Nasycone: 20 g Węgl./w tym cukry:335 g/27g Błonnik: 25 g Sód:1300 mg
		II rok życia <i>*dodatek dla diety bogatobiałk.</i>	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (MI,GI) Serek homog.60 g (MI) Masło 10 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 zacierkowa 250 ml (GI,J) Klops w sosie w sosie pomidorowym 80 g + 80 g (GI,J) Kasza jęczmienna 180 g Surówka z kap. pekińskiej 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>*klops 85 g (GI)</i> <i>Obróbka term.: gotowanie, duszenie</i>	Kisiel malinowy 200 ml Owoc	Szynka 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>*Szynka wp. 40 g (Sj)</i> Posilek wieczorny: Jogurt owocowy 150g (MI) , pałki kukurydziane 3 szt.	Energia: 1000 kcal / *1090 kcal Białko: 55 g / *73 g Tł. Ogółem: 38 g /* 40g Kw. Nasycone: 8 g /* 9g Węgl./w tym cukry:160 g /15g *165 / 15g Błonnik: 9,6g / *9,6g Sód:760 mg / *823g <i>*wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym</i>
		Bogatobiałkowa oparzeniowa	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MI,GI) Serek homog.60 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 Papryka czerwona 40 g dżem 30 g	Zupa zacierkowa 300 ml (GI,J) Klops w sosie w sosie pomidorowym 2 szt. 17 g + 80 g (GI,J) Kasza jęczmienna 180 g Surówka z kap. pekińskiej 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka term.: gotowanie, duszenie</i>	Kisiel malinowy 200 ml Owoc	Szynka wp. 40 g (Sj) Ser żółty 30 g (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: Jogurt owocowy 150g (MI) , pałki kukurydziane 3 szt.	Energia: 2133 kcal Białko: 115 g Tł. Ogółem: 70 g Kw. Nasycone: 24 g Węgl./w tym cukry:348 g/28g Błonnik: 26,3g Sód:1316 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	2024.01.01. poniedziałek	Podstawowa	Kawa zbożowa na mleku 200 ml (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 miód 30 g	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GI,MI,J) Kotlet z piersi kurczaka 85 g (GI,J) Ziemniaki 180 g Brokuł got. 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka term.: gotowanie, smażenie</i>	Jogurt naturalny 90 ml (MI) 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 Pomidor 40 g Posilek wieczorny: chleb chrupki Wasa wielozziarnisty 2 szt. (GI) Soczek jabłkowy w kartoniku	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 ryżowe na mleku 300 ml (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 Sałata 10 g miód 30 g	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GI,MI,J) Pierś z kurczaka w sosie 85 g + 80 g (GI) Ziemniaki 180 g Brokuł got. 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka term.: gotowanie, duszenie</i>	Jogurt naturalny 90 ml (MI) owoc	Szynka królewska 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: chleb chrupki Wasa wielozziarnisty 2 szt. (GI) Soczek jabłkowy w kartoniku	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 ryżowe na mleku 250 ml (MI) Szynka drobiowa 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 100 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g miód 30 g <i>*jajko got. 1 szt. (J)</i>	Zupa pomidorowa z makaronem 250 ml (GI,MI,J) Pierś z kurczaka 85 g + 80 g (GI) Ziemniaki 160 g Brokuł got. 100 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>*pierś z kurczaka 85 g(GI)</i> <i>Obróbka term.: gotowanie, duszenie</i>	Jogurt naturalny 90 ml (MI) owoc	Szynka królewska 30 g (Sj) Masło 10 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g <i>*Szynka królewska 40 g (Sj)</i> Posilek wieczorny: chleb chrupki Wasa wielozziarnisty 2 szt. (GI) Soczek jabłkowy w kartoniku	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	Płatki ryżowe na mleku 300 ml (MI) Jajko got. 1 szt. (J) szynka drobiowa 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 40 g miód 30 g	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GI,MI,J) Pierś z kurczaka 2 szt. 170 g (GI,J) Ziemniaki 180 g Brokuł got. 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka term.: gotowanie, smażenie</i>	Jogurt naturalny 90 ml (MI) owoc	Ser żółty 40 g (MI) Szynka królewska 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: chleb chrupki Wasa wielozziarnisty 2 szt. (GI) Soczek jabłkowy w kartoniku	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. Nieblańska 4/24, 03-924 Warszawa		2024.01.02. wtorek	Podstawowa	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MI)* Szynka z indyka 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g	Zupa ryżanka 300 ml Placki ziemniaczane 3 szt. (GI,J) Surówka z marchewki 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka term.: gotowanie, smażenie</i>	Budyń 200 ml (MI) 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: Herbatniki, owoc	Energia: 1908 kcal Białko: 85 g Tł. Ogółem: 44 g Kw. Nasycone: 19 g Węgl./w tym cukry:335 g/35g Błonnik: 23,2g Sód:1340 mg
			Lekkostrawna	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MI) Szynka z indyka 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g	Zupa ryżanka 300 ml Kopytka szpinakowe polane masłem 270 g (GI,J,MI) Surówka z marchewki 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka term.: gotowanie</i>	Budyń 200 ml (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: Herbatniki, owoc	Energia: 1900 kcal Białko: 85 g Tł. Ogółem: 44,2 g Kw. Nasycone: 18,3 g Węgl./w tym cukry:330 g/31g Błonnik: 23g Sód:1300 mg
			II rok życia <i>*dodatek dla diety bogatobiałk.</i>	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (MI) Szynka z indyka 30 g (Sj) Masło 10 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>	Zupa ryżanka 250 ml Kopytka szpinakowe polane masłem 250 g (GI,J,MI) Surówka z marchewki 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>*ser homog. 100 g (MI)</i> <i>Obróbka term.: gotowanie</i>	Budyń 200 ml (MI) owoc	Twarożek z koperkiem 50 g (MI) 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: Herbatniki, owoc	Energia: 997 kcal / *1106 kcal Białko: 49 g / *66 g Tł. Ogółem: 39 g / * 44g Kw. Nasycone: 9 g / * 11g Węgl./w tym cukry:163 g /15g *168 / 15g Błonnik: 10,5g / *10,5g Sód:750 mg / *8329g <i>*wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym</i>
			Bogatobiałkowa oparzeniowa	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MI) Szynka z indyka 40 g (Sj) 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 Sałata 10 g	Zupa ryżanka 300 ml Placki ziemniaczane 3 szt. (GI,J) ser homog. 100 g (MI) Surówka z marchewki 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka term.: gotowanie, smażenie</i>	Budyń 200 ml (MI) owoc	Pasta rybna 60 g (MI,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 Pomidor 40 g Posilek wieczorny: Herbatniki, owoc	Energia: 2111 kcal Białko: 120 g Tł. Ogółem: 53 g Kw. Nasycone: 20,5 g Węgl./w tym cukry:344 g/39g Błonnik: 24g Sód:1430 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.