

	Data	Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Średnie wartości odżywcze
Szpitala Dziecięcego im. prof. dr. med. J. Bogdanowicza ul. Niekańska 4/24, 03-924 Warszawa	2024.03.23. sobota	Podstawowa	Kasza manna na mleku 300 ml (MI,GI) szynka wp. 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g	Zupa jarzynowa z makaronem 300 ml (GI,J) Gulasz wieprzowy 180 g (GI) Kasza pęczak 180 g (GI) Marchew got. 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Kisiel malinowy 150 ml owoc	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: pałki kukurydziane 3 szt., owoc	Energia: 1900 kcal Białko: 90 g Tł. Ogółem: 62,2 g Kw. Nasycone: 23 g Węgl./w tym cukry:350 g/30g Błonnik: 26 g Sód:1320 mg
		Lekkostrawna	Kasza manna na mleku 300 ml (MI,GI) szynka wp. 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g	Zupa jarzynowa z makaronem 300 ml (GI,J) Gulasz wieprzowy 180 g (GI) Kasza pęczak 180 g (GI) Marchew got. 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Kisiel malinowy 150 ml 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 Sałata 10 g Posilek wieczorny: pałki kukurydziane 3 szt., owoc	Energia: 1918 kcal Białko: 92 g Tł. Ogółem: 62,5 g Kw. Nasycone: 23 g Węgl./w tym cukry:358 g/30g Błonnik: 26 g Sód:1340 mg
		II rok życia <i>*dodatek dla diety bogatobiałk.</i>	Kasza manna na mleku 250 ml (MI,GI) szynka wp. 30 g (Sj) Masło 10 g (MI) Bułka pszenna 100 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 30 g <i>*szynka wp. 30 g(Sj)</i>	Zupa jarzynowa z makaronem 250 ml (GI,J) Gulasz wieprzowy 160 g (GI) Kasza pęczak 160 g (GI) Marchew got. 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>*mięso gulaszowe 85 g (GI)</i>	Kisiel malinowy 150 ml owoc	Polędwica drobiowa 30g (Sj) Masło 10 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g <i>*polędwica drobiowa 30 g (Sj)</i> Posilek wieczorny: pałki kukurydziane 3 szt., owoc	Energia: 98 kcal / *1209 kcal Białko: 55 g / *73 g Tł. Ogółem: 37 g /* 41g Kw. Nasycone: 8 g /* 9g Węgl./w tym cukry:160 g / 15g *160 / 15g Błonnik: 9,7g / *9,7g Sód:762 mg / *825g <i>*wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym</i>
		Bogatobiałkowa oparzenia	Kasza manna na mleku 300 ml (MI,GI) szynka wp. 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 Pomidor 40 g	Zupa jarzynowa z makaronem 300 ml (GI,J) Gulasz wieprzowy 260 g (GI) Kasza pęczak 260 g (GI) Marchew got. 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Kisiel malinowy 150 ml owoc	Paprykarz (wyrób własny) 60 g (R) 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 Sałata 10 g Posilek wieczorny: pałki kukurydziane 3 szt., owoc	Energia: 2158 kcal Białko: 122 g Tł. Ogółem: 70 g Kw. Nasycone: 24,3 g Węgl./w tym cukry:360 g/28g Błonnik: 26 g Sód:1456 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. Nieklajska 4/24, 03-924 Warszawa	2024.03.24. niedziela	Podstawowa	Płatki żytnie na mleku 300 ml (MI,GI) Szynka wiejska 40g (Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g(GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g	Zupa rosół z makaronem 300 ml (GI,J) Pierś z indyka sosie warzywnym 85 g + 80 g (GI) Ziemniaki 180 g Surówka z kapusty pekińskiej 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Serek homog. waniliowy 150g (MI) owoc	Ser topiony 40 g (MI) Jajko ½ (J) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g Posilek wieczorny: biszkopty 3 szt., soczek jabłkowy w kartoniku	Energia: 2130 kcal Białko: 101 g Tł. Ogółem: 50 g Kw. Nasycone: 20 g Węgl./w tym cukry:328 g/24g Błonnik: 23,5g Sód:1489 mg
		Lekkostrawna	Płatki żytnie na mleku 300 ml (MI,GI) Szynka wiejska 40g (Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g	Zupa rosół z makaronem 300 ml (GI,J) Pierś z indyka sosie warzywnym 85 g + 80 g (GI) Ziemniaki 180 g Surówka z kapusty pekińskiej 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Serek homog. waniliowy 150g (MI) owoc	Szynka z indyka 40 g (MI) Jajko ½ (J) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g Posilek wieczorny: biszkopty 3 szt., soczek jabłkowy w kartoniku	Energia: 2100 kcal Białko: 103 g Tł. Ogółem: 47 g Kw. Nasycone: 19 g Węgl./w tym cukry:328 g/24g Błonnik: 23,5g Sód:1408 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 100 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g <i>* Szynka wiejska 30g (Sj)</i>	Zupa rosół z makaronem 250 ml (GI,J) Pierś z indyka sosie warzywnym 75 g + 80 g (GI) Ziemniaki 160 g Surówka z kapusty pekińskiej 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>*pierś z ind. got. 75 g</i>	Serek homog. waniliowy 150g (MI) owoc	Szynka z indyka 30 g (MI) Jajko ½ (J) Masło 10 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g <i>*szynka z indyka. 30 g (Sj)</i> Posilek wieczorny: biszkopty 3 szt., soczek jabłkowy w kartoniku	Energia: 1013 kcal / *1100 kcal Białko: 48 g / *64 g Tł. Ogółem: 39 g /* 44g Kw. Nasycone: 9 g /* 11g Węgl./w tym cukry:164 g / 15g *163 / 15g Błonnik: 10g / *10g Sód:751 mg / *830g <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	Zupa rosół z makaronem 300 ml (GI,J) Pierś z indyka sosie warzywnym 170 g + 80 g (GI) Ziemniaki 180 g Surówka z kapusty pekińskiej 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Serek homog. waniliowy 150g (MI) owoc	Ser topiony 40 g (MI) Jajko 1szt. (J) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g Posilek wieczorny: biszkopty 3 szt., soczek jabłkowy w kartoniku	Energia: 2200 kcal Białko: 108 g Tł. Ogółem: 46 g Kw. Nasycone: 19 g Węgl./w tym cukry:303 g/25g Błonnik: 23g 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	Podwieczorek	Kolacja	Średnie wartości odżywcze
Szpitala Dziecięcego im. prof. dr. med. J. Bogdanowicza ul. Niekińska 4/24, 03-924 Warszawa	2024.03.25. poniedziałek	Podstawowa	Kakao na mleku 250 ml (MI) * Schab pieczony (wyr. własny) 40g Masło 15 g (MI) Chleb pełnoziarnisty 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g dżem 30 g	Zupa barszcz czerwony 300 ml (GI,MI) Potrawka z kurczaka 180 g (GI) ryż 180 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Chałka z miodem 40 g + 20 g (GI,MI) owoc	Twarożek ze szczypiorkiem 60g (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 40g Posilek wieczorny: Grissini – chrupiące paluchy pełnoziarniste 2 szt. (GI) , owoc	Energia: 2021 kcal Białko: 92 g Tł. Ogółem: 42 g Kw. Nasycone: 17 g Węgl./w tym cukry:285 g/20g Błonnik: 25g Sód:1258 mg
		Lekkostrawna	Zacierki na mleku 300 ml (MI,GI,J) Schab pieczony (wyr. własny) 40g Masło 15 g (MI) Chleb pełnoziarnisty 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g dżem 30 g	Zupa barszcz czerwony 300 ml (GI,MI) Potrawka z kurczaka lekkostrawna 180 g (GI) ryż 180 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Chałka z miodem 40 g + 20 g (GI,MI) owoc	Twarożek z koperkiem 60g (MI) 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: Grissini – chrupiące paluchy pełnoziarniste 2 szt. (GI) , owoc	Energia: 2021 kcal Białko: 92 g Tł. Ogółem: 42 g Kw. Nasycone: 17 g Węgl./w tym cukry:285 g/20g Błonnik: 25g Sód:1258 mg
		II rok życia <i>*dodatek dla diety bogatobiałk.</i>	Zacierki na mleku 250 ml (MI,GI,J)* Schab pieczony (wyr. własny) 30g Masło 10 g (MI) Bułka pszenna 100 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g dżem 30 g * jajko 1 szt. (J)	Zupa barszcz czerwony 250 ml (GI,MI) Potrawka z kurczaka 160 g (GI) ryż 160 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>*kurczak gotowany 80 g</i>	Chałka z miodem 40 g + 20 g (GI,MI) owoc	Twarożek z koperkiem 50g (MI) Masło 10 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 30g <i>*szynka wp.40 g (Sj)</i> Posilek wieczorny: Grissini – chrupiące paluchy pełnoziarniste 2 szt. (GI) , owoc	Energia: 1002 kcal / *1170 kcal Białko: 40 g / *58 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 *wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym
		Bogatobiałkowa oparzeniowa	Zacierki na mleku 300 ml (MI,GI,J) Schab pieczony (wyr. własny) 40g 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 Sałata 10 g dżem 30 g	Zupa barszcz czerwony 300 ml (GI,MI) Potrawka z kurczaka 180 g (GI) kurczak gotowany 80 g ryż 180 g Kasza jęczmienna 180 g (GI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Chałka z miodem 40 g + 20 g (GI,MI) owoc	Twarożek ze szczypiorkiem 60g (MI) 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 Papryka czerwona 40g Posilek wieczorny: Grissini – chrupiące paluchy pełnoziarniste 2 szt. (GI) , owoc	Energia: 2175 kcal Białko: 110 g Tł. Ogółem: 49 g Kw. Nasycone: 18 g Węgl./w tym cukry:290 g/21g Błonnik: 23g Sód:1310 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	2024.03.26. wtorek	Podstawowa	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MI) Paszтет drobiowy (wyrób własny) 40 g (ML,GI,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 brokułowa 300 ml (GI) Makaron z polewą jogurtowo – jagodową (180g + 160g) (GI,J,MI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Budyń waniliowy 200 ml (MI) owoc	Pasta z zielonego groszku i jajka 50 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: jogurt owocowy 100 g (MI) , wafle ryżowe 2 szt.	Energia: 1980 kcal Białko: 89 g Tł. Ogółem: 44 g Kw. Nasycone: 19 g Węgl./w tym cukry:303 g/25g Błonnik: 23g Sód:1290 mg
		Lekkostrawna	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MI) szynka wp. 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g	Zupa brokułowa 300 ml (GI) Makaron z polewą jogurtowo – jagodową (180g + 160g) (GI,J,MI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Budyń waniliowy 200 ml (MI) owoc	Pasta mięsna (szynka, jajko, koperek, jogurt) 50 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: jogurt owocowy 100 g (MI) , wafle ryżowe 2 szt.	Energia: 1990 kcal Białko: 90,1 g Tł. Ogółem: 44,3 g Kw. Nasycone: 19 g Węgl./w tym cukry:303 g/25g Błonnik: 23g Sód:1290 mg
		II rok życia <i>*dodatek dla diety bogatobiałk.</i>	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (MI) szynka wp. 30 g (Sj) Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 100 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 30 g <i>*szynka wp. 30 g(Sj)</i>	Zupa brokułowa 250 ml (GI) Makaron z polewą jogurtowo – jagodową (160g + 160g) (GI,J,MI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>*twarożek 80 g (MI)</i>	Budyń waniliowy 200 ml (MI) owoc	Pasta mięsna (szynka, jajko, koperek, jogurt) 40 g (MI,Sj) Masło 10 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g pomidor 30 g <i>*szynka wp. 30 g (Sj)</i> Posilek wieczorny: jogurt owocowy 100 g (MI) , wafle ryżowe 2 szt.	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) Paszтет drobiowy 80 g (ML,GI,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 brokułowa 300 ml (GI) Makaron z polewą jogurtowo – jagodową (180g + 160g) (GI,J,MI) twarożek 100 g (MI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Budyń waniliowy 200 ml (MI) owoc	Pasta z zielonego groszku i jajka 50 g (J,G) szynka wp. 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 Posilek wieczorny: jogurt owocowy 100 g (MI) , wafle ryżowe 2 szt.	Energia: 2145 kcal Białko: 104 g Tł. Ogółem: 46 g Kw. Nasycone: 19 g Węgl./w tym cukry:303 g/25g Błonnik: 23g Sód:1375 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	2024.03.27. środa	Podstawowa	Płatki jaglane na mleku 300 ml (MI)* Parówka z szynki na ciepło 2 szt. (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 ketchup 15g	Zupa zacierkowa 300 ml (GI,J) Kotlet z piersi kurczaka 85 g (GI,J) Ziemniaki 180 g Marchewka z groszkiem 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Galaretka agrestowa 200 ml owoc	Ser biały 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 Pomidor 40 g dżem 30 g Posilek wieczorny: ciastka owsiane 2 szt. (GI) , serek Danonek	Energia: 2100 kcal Białko: 91 g Tł. Ogółem: 47 g Kw. Nasycone: 21 g Węgl./w tym cukry:353 g/26g Błonnik: 27g Sód:1400 mg
		Lekkostrawna	Płatki jaglane na mleku 300 ml (MI) Parówka z szynki na ciepło 2 szt. (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 zacierkowa 300 ml (GI,J) Pierś z kurczaka w sosie 85 g + 80 g (GI) Ziemniaki 180 g Marchew got. 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Galaretka agrestowa 200 ml owoc	Ser biały 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 Pomidor 40 g dżem 30 g Posilek wieczorny: ciastka owsiane 2 szt. (GI) , serek Danonek	Energia: 1982 kcal Białko: 91 g Tł. Ogółem: 46 g Kw. Nasycone: 19,3 g Węgl./w tym cukry:353 g/26g Błonnik: 27g Sód:1350 mg
		II rok życia <i>*dodatek dla diety bogatobiałk.</i>	Płatki jaglane na mleku 250 ml (MI) Parówka z szynki na ciepło 1 szt. (Sj) Masło 10 g (MI) Bułka pszenna 100 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g <i>*parówka z szynki 1 szt. (Sj)</i>	Zupa zacierkowa 250 ml (GI,J) Pierś z kurczaka 85 g + 80 g (GI) Ziemniaki 180 g Marchew got. 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>* pierś z kurczaka 85 g(GI)</i>	Galaretka agrestowa 200 ml owoc	Ser biały 40 g (MI) Masło 10 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 30 g dżem 30 g <i>* Szynka drobiowa 30 g (Sj)</i> Posilek wieczorny: ciastka owsiane 2 szt. (GI) , serek Danonek	Energia: 1004 kcal / *1101 kcal Białko: 47 g / *64 g Tł. Ogółem: 38 g / * 44g Kw. Nasycone: 9 g / * 11g Węgl./w tym cukry:173 g / 18g *173 / 15g Błonnik: 10g / *10g Sód:753 mg / *830g <i>*wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym</i>
		Bogatobiałkowa oparzeniowa	Płatki jaglane na mleku 300 ml (MI) Parówka z szynki na ciepło 3 szt. (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 ketchup 15g	Zupa zacierkowa 300 ml (GI,J) Kotlet z piersi kurczaka 2 szt. 170 g (GI,J) Ziemniaki 180 g Marchewka z groszkiem 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Galaretka agrestowa 200 ml owoc	Ser biały 50 g (MI) Szynka drobiowa 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g dżem 30 g Posilek wieczorny: ciastka owsiane 2 szt. (GI) , serek Danonek	Energia: 2170 kcal Białko: 109 g Tł. Ogółem: 47 g Kw. Nasycone: 19 g Węgl./w tym cukry:323 g/26g Błonnik: 23g Sód:1525 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. Nieckańska 4/24, 03-924 Warszawa	2024.03.28. czwartek	Podstawowa	Płatki żytnie na mleku 300 ml (MI,GI)* Polędwica 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 Papryka czerwona 40 g	Zupa grochowa 300 ml (GI) Gulasz wp. po węgiersku 180 g (GI) Kasza bulgur 180 g (GI) Surówka z kap. pekińskiej 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Jogurt owocowy 100 ml (MI) Biszkopty 15 g (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	Energia: 1930 kcal Białko: 98 g Tł. Ogółem: 42 g Kw. Nasycone: 18 g Węgl./w tym cukry:334 g/26g Błonnik: 24g Sód:1320 mg
		Lekkostrawna	Płatki żytnie na mleku 300 ml (MI,GI) Polędwica 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 Pomidor 40 g	Zupa jarzynowa 300 ml (GI) Gulasz wp. z pomidorami 180 g (GI) Kasza bulgur 180 g (GI) Surówka z kap. pekińskiej 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Jogurt owocowy 100 ml (MI) Biszkopty 15 g (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	Energia: 1925 kcal Białko: 99 g Tł. Ogółem: 42 g Kw. Nasycone: 18 g Węgl./w tym cukry:334 g/26g Błonnik: 24g Sód:1320 mg
		II rok życia <i>*dodatek dla diety bogatobiałk.</i>	Płatki żytnie na mleku 250 ml (MI,GI) Polędwica drobiowa 30 g (Sj) Masło 10 g (MI) Bułka pszenna 100 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g <i>* jajko got. 1 szt.</i>	Zupa jarzynowa 250 ml (GI) Gulasz wp. z pomidorami 160 g (GI) Kasza bulgur 160 g (GI) Surówka z kap. pekińskiej 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>*szynka wp. got 75 g</i>	Jogurt owocowy 100 ml (MI) Biszkopty 15 g (GI,J)	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. 30 g (Sj)</i>	Energia: 1002 kcal / *1170 kcal Białko: 40 g / *58 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>
		Bogatobiałkowa oparzeniowa	Płatki żytnie na mleku 300 ml (MI,GI) Polędwica drobiowa 40 g (Sj) Jajko got. 1 szt. 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 grochowa 300 ml (GI) Gulasz wp. po węgiersku 180 g (GI) Szynka wp. got 80 g Kasza bulgur 180 g (GI) Surówka z kap. pekińskiej 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Jogurt owocowy 100 ml (MI) Biszkopty 15 g (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	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
						Posilek wieczorny: pieczywo Sonko 2 szt. (GI) , owoc	
						Posilek wieczorny: pieczywo Sonko 2 szt. (GI) , owoc	
						Posilek wieczorny: pieczywo Sonko 2 szt. (GI) , owoc	

*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. Nieklajska 4/24, 03-924 Warszawa	2024.03.29. 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 Ogórek kiszony 40 g dżem 30 g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300 ml (GI,MI,J) Kotlet rybny 85 g (GI,J,R) Ziemniaki 180 g Surówka z kiszonej kapusty 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Herbatniki 20 g (GI) Soczek jabłkowy w kartoniku 200 ml	Pasta jajeczna 60 g (G,J) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g Posilek wieczorny: jogurt nat. (MI) , 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 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 dżem 30 g	Zupa marchewkowa 300 ml (GI) Ryba pieczona z warzywami (marchew, pomidor) (85 g + 100 g) (R) Ziemniaki 180 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Herbatniki 20 g (GI) Soczek jabłkowy w kartoniku 200 ml	Pasta jajeczna lekkostrawna 60 g (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: jogurt nat. (MI) , 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 kukurydziane na mleku 250 ml (MI) Szynka z indyka 30 g (Sj) Masło 10 g (MI) Bułka pszenna 100 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g dżem 30 g <i>* Szynka z indyka 30 g (Sj)</i>	Zupa marchewkowa 250 ml (GI) Ryba pieczona z warzywami (marchew, pomidor) (75 g + 100 g) (R) Ziemniaki 180 g <i>*ryba pieczona 75 g (R)</i>	Herbatniki 20 g (GI) Soczek jabłkowy w kartoniku 200 ml	Pasta jajeczna lekkostrawna 50 g (G,J,MI) Masło 10 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 30 g <i>*szynka wp. 30 g (Sj)</i> Posilek wieczorny: jogurt nat. (MI) , 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 kukurydziane na mleku 300 ml (MI) Ser żółty 40 g (MI) Szynka z indyka 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Ogórek kiszony 40 g dżem 30 g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300 ml (GI,MI,J) Kotlet rybny 2 szt. 170 g (GI,J,R) Ziemniaki 180 g Surówka z kiszonej kapusty 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Herbatniki 20 g (GI) Soczek jabłkowy w kartoniku 200 ml	Pasta jajeczna 60 g (G,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 Pomidor 40 g Posilek wieczorny: jogurt nat. (MI) , 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.

	Data	Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Średnie wartości odżywcze
Szpitala Dziecięcego im. prof. dr. med. J. Bogdanowicza ul. Niekańska 4/24, 03-924 Warszawa	2024.03.30. 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 Pomidor 40 g	Zupa ryżanka 300 ml Pieczeń rzymska w sosie 85g + 80 g (GI,J) Kasza jęczmienna 180 g (GI) Buraczki 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Budyń waniliowy 150 ml (MI) owoc	Pasta mięsna (szynka, jajko, koperek, jogurt) 50 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 Sałata 10 g	Energia: 2009 kcal Białko: 96,3 g Tł. Ogółem: 61 g Kw. Nasycone: 23,5 g Węgl./w tym cukry:390 g/29g Błonnik: 26g Sód:1320 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 Pomidor 40 g	Zupa ryżanka 300 ml Pieczeń rzymska w sosie 85g + 80 g (GI,J) Kasza jęczmienna 180 g (GI) Buraczki 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Budyń waniliowy 150 ml (MI) owoc	Pasta mięsna (szynka, jajko, koperek, jogurt) 50 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 Sałata 10 g	Energia: 2009 kcal Białko: 96,3 g Tł. Ogółem: 61 g Kw. Nasycone: 23,5 g Węgl./w tym cukry:390 g/29g Błonnik: 26g Sód:1320 mg
		II rok życia <i>*dodatek dla diety bogatobiałk.</i>	Kasza manna na mleku 250 ml (MI,GI) Szynka wiejska 30 g Masło 10 g (MI) Bułka pszenna 100 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 30 g <i>*jajko got. 1 szt.(J)</i>	Zupa ryżanka 250 ml Pieczeń rzymska w sosie 75g + 80 g (GI,J) Kasza jęczmienna 160 g (GI) Buraczki 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>*pieczeń rzymska 75 g</i>	Budyń waniliowy 150 ml (MI) owoc	Pasta mięsna (szynka, jajko, koperek, jogurt) 40 g (MI,Sj) Masło 10 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g <i>*szynka wp. 30 g (Sj)</i>	Energia: 999,2 kcal / *1192 kcal Białko: 55 g / *73 g Tł. Ogółem: 38 g / * 41g Kw. Nasycone: 8 g / * 9g Węgl./w tym cukry:160,5 g / 15g *160,5 / 15g Błonnik: 9,9g / *9,9g Sód:762 mg / *825g <i>*wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym</i>
		Bogatobiałkowa oparzeniowa	Kasza manna na mleku 300 ml (MI,GI) Szynka wiejska 40 g jajko got. 1 szt. (J) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g	Zupa ryżanka 300 ml Pieczeń rzymska 2 szt. w sosie 170g + 80 g (GI,J) Kasza jęczmienna 180 g (GI) Buraczki 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Budyń waniliowy 150 ml (MI) owoc	Pasta mięsna (szynka, jajko, koperek, jogurt) 50 g (MI,Sj) szynka wp. 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	Energia: 2188 kcal Białko: 119,8 g Tł. Ogółem: 69 g Kw. Nasycone: 24 g Węgl./w tym cukry:340 g/28g Błonnik: 26g Sód:1316 mg
						Posilek wieczorny: owoc, biszkopty 3 szt. (GI,J)	
						Posilek wieczorny: owoc, biszkopty 3 szt. (GI,J)	

*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. Niełtańska 4/24, 03-924 Warszawa	2021.03.31. Niedziela Wielkanocna	Podstawowa	Biały barszcz z kielbasą 300 g (Sj,GI,MI) Szynka wiejska 40g (Sj) Jajko 1 szt. (J) majonez 15 g (G,J) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g sałatka warzywna – sałata, kapusta pekińska, pomidor, burakgot., marchew, sos winegret 40 g	Zupa rosół z makaronem 300 ml (S,GI,J) Kotlet schabowy 85 g (GI,J) Ziemniaki 180 g Marchewka got.120 g (GI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Ciasto 60 g Owoc (GI,J)	Paszтет drobiowy (wyrób własny) 50g (GI,J) Twarożek 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 Pomidor 40 g Posilek wieczorny: herbatniki (GI) , soczek w kartoniku	Energia: 2219 kcal Białko: 105 g Tł. Ogółem: 51,2 g Kw. Nasycone: 23 g Węgl./w tym cukry:390 g/27g Błonnik: 27g Sód:1350 mg
		Lekkostrawna	Biały barszcz 300 g (GI,MI) Szynka wiejska 40g (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 sałatka warzywna – sałata, kapusta pekińska, pomidor, burak got., marchew, sos winegret 40 g	Zupa rosół z makaronem 300 ml (S,GI,J) Schab w sosie 85 g + 80 g (GI) Ziemniaki 180 g Marchewka got.120 g (GI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Ciasto 60 g Owoc (GI,J)	Polędwica drobiowa 40g (Sj) Twarożek z natką pietruszki (wyr.własny) 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 Posilek wieczorny: herbatniki (GI) , soczek w kartoniku	Energia: 2203 kcal Białko: 104,3 g Tł. Ogółem: 50,7 g Kw. Nasycone: 22,2 g Węgl./w tym cukry:381 g/27g Błonnik: 27g Sód:1350 mg
		II rok życia <i>*dodatek dla diety bogatobiałk.</i>	Biały barszcz 250 g (GI,MI) Szynka wiejska 30g (Sj) Jajko 1 szt. (J) majonez 10 g (G,J) Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 100 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g sałatka warzywna – sałata, kapusta pekińska, pomidor, burak got., marchew, sos winegret 30 g	Zupa rosół z makaronem 250 ml (S,GI,J) Schab w sosie 75 g + 80 g (GI) Ziemniaki 160 g Marchewka got.120 g (GI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>*schab pieczony 75 g</i>	Ciasto 60 g Owoc (GI,J)	Polędwica drobiowa 30g (Sj) Twarożek z natką pietruszki (wyr.własny) 40 g (MI) Masło 05 g (MI) Bułka pszenna 100 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 30 g Posilek wieczorny: herbatniki (GI) , soczek w kartoniku	Energia: 1130 kcal / *1180 kcal Białko: 45 g / *64 g Tł. Ogółem: 42 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	Biały barszcz z kielbasą 300 g (J,GI,MI) Szynka wiejska 40g (Sj) Jajko 1 szt. (J) majonez 15 g (G,J) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g sałatka warzywna – sałata, kapusta pekińska, pomidor, burak got., marchew, sos winegret 40 g	Zupa rosół z makaronem 300 ml (S,GI,J) Kotlet schabowy 2 szt. 170 g (GI,J) Ziemniaki 180 g Marchewka got.120 g (GI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Ciasto 60 g Owoc (GI,J)	Paszтет drobiowy (wyrób własny) 50g (GI,J) Twarożek ze szczypiorkiem (wyr.własny) 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 Posilek wieczorny: herbatniki (GI) , soczek w kartoniku	Energia: 2219 kcal Białko: 105 g Tł. Ogółem: 51,2 g Kw. Nasycone: 23 g Węgl./w tym cukry:390 g/27g Błonnik: 27g Sód:1350 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. Nieklajska 4/24, 03-924 Warszawa	2024.04.01. Poniedziałek Wielkanocny	Podstawowa	Płatki cynamonowe na mleku 300 ml (MI,GI)* Szynka z indyka 30 g (Sj) Ser żółty 30 g (MI) Sałatka jarzynowa 100 g (G,J) Masło 15 g (MI) Chleb pełnoziarnisty 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (GI) Kurczak w sosie 100 g + 80 g (GI) ziemniaki 180 g surówka z kap. pekińskiej 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Ciasto 60 g Owoc (GL,J)	Schab pieczony (wyrób własny) 40 g Szynka wp. 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 Ogórek 40 g	Energia: 2200 kcal Białko: 103,3 g Tł. Ogółem: 50 g Kw. Nasycone: 22,7 g Węgl./w tym cukry:323 g/26g Błonnik: 27g Sód:1345 mg
		Lekkostrawna	Płatki cynamonowe na mleku 300 ml (MI,GI) Szynka z indyka 30 g (Sj) Ser homog. 50 g (MI) Sałatka jarzynowa lekkostrawna 100 g (MI,J) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (GI) Kurczak w sosie 100 g + 80 g (GI) ziemniaki 180 g surówka z kap. pekińskiej 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Ciasto 60 g Owoc (GL,J)	Schab pieczony (wyrób własny) 40 g Szynka wp. 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 Pomidor 40 g	Energia: 2180 kcal Białko: 104 g Tł. Ogółem: 48,1 g Kw. Nasycone: 22 g Węgl./w tym cukry:320 g/26g Błonnik: 27g Sód:1320 mg
		II rok życia <i>*dodatek dla diety bogatobiałk.</i>	Płatki cynamonowe na mleku 250 ml (MI,GI) Szynka z indyka 30 g (Sj) Ser homog. 40 g (MI) Sałatka jarzynowa lekkostrawna 80 g (MI,J) Masło 10 g (MI) Bułka pszenna 100 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15	Zupa pomidorowa z ryżem 250 ml (GI) Kurczak w sosie 80 g + 80 g (GI) ziemniaki 160 g surówka z kap. pekińskiej 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>*kurczak got. 80 g</i>	Ciasto 60 g Owoc (GL,J)	Schab pieczony (wyrób własny) 30 g Szynka wp. 30 g (Sj) Masło 10 g (MI) Bułka pszenna 100 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 30 g	Energia: 1125 kcal / *1290 kcal Białko: 55 g / *74 g Tł. Ogółem: 39 g / *45g Kw. Nasycone: 9 g / *11g Węgl./w tym cukry:163 g / 15g *163 / 15g Błonnik: 10g / *10g Sód:761 mg / *840g <i>*wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym</i>
		Bogatobiałkowa oparzeniowa	Płatki cynamonowe na mleku 300 ml (MI,GI) Szynka z indyka 30 g (Sj) Ser żółty 30 g (MI) Sałatka jarzynowa 100 g (G,J) Masło 15 g (MI) Chleb pełnoziarnisty 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (GI) Kurczak w sosie 2 szt. 200 g + 80 g (GI) ziemniaki 180 g surówka z kap. pekińskiej 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Ciasto 60 g Owoc (GL,J)	Schab pieczony (wyrób własny) 40 g Szynka wp. 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 Ogórek 40 g	Energia: 2210 kcal Białko: 103,3 g Tł. Ogółem: 50 g Kw. Nasycone: 22,7 g Węgl./w tym cukry:323 g/26g Błonnik: 27g Sód:1345 mg
						Posilek wieczorny: jogurt owocowy 100 ml, chrupki kukurydziane	
						Posilek wieczorny: jogurt owocowy 100 ml, chrupki kukurydziane	
						Posilek wieczorny: jogurt owocowy 100 ml, chrupki kukurydziane	

*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.