

	Data	Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczerek	Kolacja	Średnie wartości odżywcze
Szpitala Dziecięcego im. prof. dr. med. J. Bogdanowicza ul. Nieblańska 4/24, 03-924 Warszawa	2024.05.02. czwartek	Podstawowa	Płatki jaglane na mleku 300 ml <b>(MI)*</b> Szynka wiejska 40 g Masło 15 g <b>(MI)</b> Pieczywo pszenno-żytnie 70g <b>(GI)</b> Bułka pszenna 50 g <b>(GI)</b> Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g	Zupa zacierkowa 300 ml <b>(J,GI)</b> Kolorowy kociołek (indyk, dynia, marchew, kalafior, brokuł) 180 g <b>(GI)</b> Kasza bulgur 180 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Galaretka malinowa 200 ml owoc	Paprykarz (wyrób własny) 60 g <b>(R)</b> Masło 15 g <b>(MI)</b> Pieczywo pszenno-żytnie 60g <b>(GI)</b> Bułka pszenna 40 g <b>(GI)</b> Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g ogórek 40 g	Energia: 1950 kcal Białko: 91 g Tł. Ogółem: 63 g Kw. Nasycone: 23 g Węgl./w tym cukry:340 g/28g Błonnik: 23 g Sód:1370 mg
		Lekkostrawna	Płatki jaglane na mleku 300 ml <b>(MI)</b> Szynka wiejska 40 g Masło 15 g <b>(MI)</b> Pieczywo pszenno-żytnie 70g <b>(GI)</b> Bułka pszenna 50 g <b>(GI)</b> Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g	Zupa zacierkowa 300 ml <b>(J,GI)</b> Kolorowy kociołek (indyk, dynia, marchew, cukinia) 180 g <b>(GI)</b> Kasza bulgur180 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Galaretka malinowa 200 ml owoc	Poledwica drobiowa 40 g <b>(Sj)</b> Masło 15 g <b>(MI)</b> Pieczywo pszenno-żytnie 60g <b>(GI)</b> Bułka pszenna 40 g <b>(GI)</b> Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g	Energia: 1963 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
		II rok życia <i>*dodatek dla diety bogatobiałk.</i>	Płatki jaglane na mleku 300 ml <b>(MI)</b> Szynka wiejska 40 g Masło 15 g <b>(MI)</b> Bułka pszenna 100 g <b>(GI)</b> Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g <i>* jajko 1 szt. (J)</i>	Zupa zacierkowa 300 ml <b>(J,GI)</b> Kolorowy kociołek (indyk, dynia, marchew, cukinia) 180 g <b>(GI)</b> Kasza bulgur 180 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml  <i>*indyk gotowany 80 g</i>	Galaretka malinowa 200 ml owoc	Poledwica drobiowa 40 g <b>(Sj)</b> Masło 15 g <b>(MI)</b> Bułka pszenna 90 g <b>(GI)</b> Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g  <i>*szynka wp. 40 g (Sj)</i>	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>
		Bogaobiałkowa oparzeniowa	Płatki jaglane na mleku 300 ml <b>(MI)</b> Szynka wiejska 40 g <i>jajko 1 szt. (J)</i> Masło 15 g <b>(MI)</b> Pieczywo pszenno-żytnie 70g <b>(GI)</b> Bułka pszenna 50 g <b>(GI)</b> Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g	Zupa zacierkowa 300 ml <b>(J,GI)</b> Kolorowy kociołek (indyk, dynia, marchew, kalafior, brokuł) 180 g <b>(GI)</b> indyk gotowany 80 g Kasza bulgur180 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Galaretka malinowa 200 ml owoc	Paprykarz (wyrób własny) 60 g <b>(R)</b> szynka wp. 30 g <b>(Sj)</b> Masło 15 g <b>(MI)</b> Pieczywo pszenno-żytnie 60g <b>(GI)</b> Bułka pszenna 40 g <b>(GI)</b> Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g ogórek 40 g	Energia: 2105 kcal Białko: 94 g Tł. Ogółem: 65 g Kw. Nasycone: 24 g Węgl./w tym cukry:340 g/28g Błonnik: 23,3g Sód:1326 mg
						<b>Posilek wieczorny:</b> pieczywo Sonko 2 szt. <b>(GI)</b> , owoc	
						<b>Posilek wieczorny:</b> pieczywo Sonko 2 szt. <b>(GI)</b> , owoc	
						<b>Posilek wieczorny:</b> pieczywo Sonko 2 szt. <b>(GI)</b> , owoc	

\*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. Nieklajska 4/24, 03-924 Warszawa	2024.05.03. piątek	Podstawowa	Kakao na mleku 200 ml <b>(MI)*</b> Ser żółty 50 g <b>(MI)</b> Masło 15 g <b>(MI)</b> Chleb sitek 70g <b>(GI)</b> Bułka pszenna 50 g <b>(GI)</b> Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Papryka 40 g	Zupa barszcz biały 300 ml <b>(GI,MI)</b> Makaron z polewą jogurtowo - truskawkową (180 g + 160 g) <b>(GI,J,MI)</b> Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Grissini paluchy wielozłazniste 4 szt. <b>(GI)</b> owoc	Pasta jajeczna z koperkiem 60 g <b>(G,J)</b> Masło 15 g <b>(MI)</b> Pieczywo pszenno-żytnie 60g <b>(GI)</b> Bułka pszenna 40 g <b>(GI)</b> Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Ogórek 40 g  <b>Posilek wieczorny:</b> pałki kukurydziane 3 szt., owoc	Energia: 2181 kcal Białko: 78 g Tł. Ogółem: 47 g Kw. Nasycone: 20 g Węgl./w tym cukry:303 g/25g Błonnik: 23g Sód:1380 mg
		Lekkostrawna	Kasza manna na mleku 300 ml <b>(MI,GI)</b> Szynka z indyka 40g <b>(Sj)</b> Masło 15 g <b>(MI)</b> Pieczywo pszenno-żytnie 70 g <b>(GI)</b> Bułka pszenna 50 g <b>(GI)</b> Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g sałata 10 g	Zupa barszcz biały 300 ml <b>(GI,MI)</b> Makaron z polewą jogurtowo - truskawkową (180 g + 160 g) <b>(GI,J,MI)</b> Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Grissini paluchy wielozłazniste 4 szt. <b>(GI)</b> owoc	Pasta jajeczna z koperkiem i jogurtem nat. 60 g <b>(MI,J)</b> Masło 15 g <b>(MI)</b> Pieczywo pszenno-żytnie 60g <b>(GI)</b> Bułka pszenna 40 g <b>(GI)</b> Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g  <b>Posilek wieczorny:</b> pałki kukurydziane 3 szt., owoc	Energia: 2158 kcal Białko: 76 g Tł. Ogółem: 44 g Kw. Nasycone: 19 g Węgl./w tym cukry:303 g/25g Błonnik: 23g Sód:1400 mg
		II rok życia <i>*dodatek dla diety bogatobiałk.</i>	Kasza manna na mleku 300 ml <b>(MI,GI)</b> Szynka z indyka 40g <b>(Sj)</b> Masło 15 g <b>(MI)</b> Bułka pszenna 100 g <b>(GI)</b> Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g sałata 10 g <i>* ser biały 60 g (MI)</i>	Zupa barszcz biały 300 ml <b>(GI,MI)</b> Makaron z polewą jogurtowo - truskawkową (180 g + 160 g) <b>(GI,J,MI)</b> Kompot owocowy z cukrem 200 ml  <i>*serek homog. 100 g (MI)</i>	Grissini paluchy wielozłazniste 4 szt. <b>(GI)</b> owoc	Pasta jajeczna z koperkiem i jogurtem nat. 60 g <b>(MI,J)</b> Masło 15 g <b>(MI)</b> Bułka pszenna 90 g <b>(GI)</b> Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g <i>*połędwica drobiowa 40 g (Sj)</i>  <b>Posilek wieczorny:</b> pałki kukurydziane 3 szt., owoc	Energia: 1005 kcal / *1100 kcal Białko: 48 g / *64 g Tł. Ogółem: 39 g / * 44g Kw. Nasycone: 9 g / * 11g Węgl./w tym cukry:163 g / 15g *163 / 15g  Błonnik: 10g / *10g Sód:751 mg / *830g <i>*wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym</i>
		Bogatobiałkowa oparzeniowa	Kasza manna na mleku 300 ml <b>(MI,GI)</b> Ser żółty 50 g <b>(MI)</b> ser biały 60 g <b>(MI)</b> Masło 15 g <b>(MI)</b> Chleb sitek 70 g <b>(GI)</b> Bułka pszenna 50 g <b>(GI)</b> Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Papryka 40 g	Zupa barszcz biały 300 ml <b>(GI,MI)</b> Makaron z polewą jogurtowo - truskawkową (180 g + 160 g) <b>(GI,J,MI)</b> serek homog. 100 g <b>(MI)</b> Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Grissini paluchy wielozłazniste 4 szt. <b>(GI)</b> owoc	Pasta jajeczna z koperkiem 60 g <b>(G,J)</b> Połędwica drobiowa 40 g <b>(Sj)</b> Masło 15 g <b>(MI)</b> Pieczywo pszenno-żytnie 60g <b>(GI)</b> Bułka pszenna 40 g <b>(GI)</b> Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Ogórek 40 g  <b>Posilek wieczorny:</b> pałki kukurydziane 3 szt., owoc	Energia: 2195 kcal Białko: 108 g Tł. Ogółem: 46 g Kw. Nasycone: 19 g Węgl./w tym cukry:303 g/25g Błonnik: 23g Sód:1605 mg

\*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. Nieklńska 4/24, 03-924 Warszawa	2024.05.04. sobota	Podstawowa	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MI)* Ser biały 60 g (MI) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g Dżem 30 g	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300 ml (GI) Pieczeń rzymska w sosie 85 g + 80 g (GI,J) ryż 180 g Surówka z kap. pekińskiej 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Herbatniki 20 g (MI,GI) owoc	Schab pieczony (wyr. własny) 40 g Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g  <b>Posilek wieczorny:</b> serek Danonek, owoc	Energia: 2000 kcal Białko: 98 g Tł. Ogółem: 44 g Kw. Nasycone: 18 g Węgl./w tym cukry:304 g/25g Błonnik: 24g Sód:1330 mg
		Lekkostrawna	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MI) Ser biały 60 g (MI) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g Dżem 30 g	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300 ml (GI) Pieczeń rzymska w sosie 85 g + 80 g (GI,J) ryż 180 g Surówka z kap. pekińskiej 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Herbatniki 20 g (MI,GI) owoc	Schab pieczony (wyr. własny) 40 g Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g  <b>Posilek wieczorny:</b> serek Danonek, owoc	Energia: 2000 kcal Białko: 98 g Tł. Ogółem: 43 g Kw. Nasycone: 18 g Węgl./w tym cukry:304 g/26g Błonnik: 24g Sód:1320 mg
		II rok życia <i>*dodatek dla diety bogatobiałk.</i>	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MI) Ser biały 60 g (MI) Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 100 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g Dżem 30 g <i>* szynka wp. 40 g (Sj)</i>	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300 ml (GI) Pieczeń rzymska w sosie 85 g + 80 g (GI,J) ryż 180 g Surówka z kap. pekińskiej 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml  <i>*pieczeń rzymska 85 g</i>	Herbatniki 20 g (MI,GI) owoc	Schab pieczony (wyr. własny) 40 g Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g  <i>*Szynka drobiowa 40g (Sj)</i>  <b>Posilek wieczorny:</b> serek Danonek, owoc	Energia: 1000 kcal / *1120 kcal Białko: 49 g / *65 g Tł. Ogółem: 38 g /* 44g Kw. Nasycone: 9 g /* 11g Węgl./w tym cukry:160 g / 16g *160 / 16g Błonnik: 10g / *10g Sód:759 mg / *833g <i>*wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym</i>
		Bogatobiałkowa oparzeniowa	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MI) Ser biały 120 g (MI) szynka wp. 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g Dżem 30 g	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300 ml (GI) Pieczeń rzymska w sosie 2 szt. 170 g + 80 g (GI,J) ryż 180 g Surówka z kap. pekińskiej 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Herbatniki 20 g (MI,GI) owoc	Schab pieczony (wyr. własny) 40 g Szynka drobiowa 40g (Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g  <b>Posilek wieczorny:</b> serek Danonek, owoc	Energia: 2109 kcal Białko: 110 g Tł. Ogółem: 49 g Kw. Nasycone: 20 g Węgl./w tym cukry:304 g/25g Błonnik: 23g Sód:1450 mg

\*Skróty alergenów: MI - mleko, GI - gluten, Sj - soja, S - seler, J - jaja, R - ryba, G – gorczyca

Zastrzegamy sobie prawa do zmiany jadłospisu z przyczyn od nas niezależnych.

	Data	Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Średnie wartości odżywcze
Szpitala Dziecięcego im. prof. dr. med. J. Bogdanowicza ul. Niekańska 4/24, 03-924 Warszawa	2024.05.05. niedziela	Podstawowa	Platki cynamonowe na mleku 300 ml ( <b>MI,GI</b> ) Szynka wiejska 40g ( <b>Sj</b> ) Masło 15 g ( <b>MI</b> ) Pieczywo pszenno-żytnie 70g ( <b>GI</b> ) Bułka pszenna 50 g ( <b>GI</b> ) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g ogórek kiszony 40 g	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml ( <b>GI,J,MI</b> ) Pierś z kurczaka w sosie 85 g + 80 g ( <b>GI,J</b> ) Ziemniaki 180 g Buraki got. 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Jogurt naturalny 100 g ( <b>MI</b> ) owoc	Pasta z tuńczyka, jajka i koperku (wyr. własny) 60 g ( <b>R,J</b> ) Masło 15 g ( <b>MI</b> ) Pieczywo pszenno-żytnie 60g ( <b>GI</b> ) Bułka pszenna 40 g ( <b>GI</b> ) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g  <b>Posilek wieczorny:</b> Grissini – chrupiące paluchy pełnoziarniste 2 szt. ( <b>GI</b> ), owoc	Energia: 2105 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	Platki cynamonowe na mleku 300 ml ( <b>MI,GI</b> ) Szynka wiejska 40g ( <b>Sj</b> ) Masło 15 g ( <b>MI</b> ) Pieczywo pszenno-żytnie 70 g ( <b>GI</b> ) Bułka pszenna 50 g ( <b>GI</b> ) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml ( <b>GI,J,MI</b> ) Pierś z kurczaka w sosie 85 g + 80 g ( <b>GI,J</b> ) Ziemniaki 180 g Buraki got. 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Jogurt naturalny 100 g ( <b>MI</b> ) owoc	Szynka drobiowa 40 g Masło 15 g ( <b>MI</b> ) Pieczywo pszenno-żytnie 60g ( <b>GI</b> ) Bułka pszenna 40 g ( <b>GI</b> ) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g  <b>Posilek wieczorny:</b> Grissini – chrupiące paluchy pełnoziarniste 2 szt. ( <b>GI</b> ), owoc	Energia: 2100 kcal Białko: 95 g Tł. Ogółem: 41 g Kw. Nasycone: 18 g Węgl./w tym cukry:325 g/26g Błonnik: 22,6g Sód:1350 mg
		II rok życia <i>*dodatek dla diety bogatobiałk.</i>	Platki cynamonowe na mleku 300 ml ( <b>MI,GI</b> ) Szynka wiejska 40g ( <b>Sj</b> ) Masło 15 g ( <b>MI</b> ) Bułka pszenna 100 g ( <b>GI</b> ) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g  <i>*jajko got. 1 szt.(J)</i>	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml ( <b>GI,J,MI</b> ) Pierś z kurczaka w sosie 85 g + 80 g ( <b>GI,J</b> ) Ziemniaki 180 g Buraki got. 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml  <i>*pierś z kurczaka gotowana 80 g</i>	Jogurt naturalny 100 g ( <b>MI</b> ) owoc	Szynka drobiowa 40 g Masło 15 g ( <b>MI</b> ) Bułka pszenna 90 g ( <b>GI</b> ) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g <i>*Szynka drobiowa 40g (Sj)</i>  <b>Posilek wieczorny:</b> Grissini – chrupiące paluchy pełnoziarniste 2 szt. ( <b>GI</b> ), owoc	Energia: 1009 kcal / *1109 kcal Białko: 49 g / *65 g Tł. Ogółem: 38 g / *44g Kw. Nasycone: 9 g / *11g Węgl./w tym cukry:159 g / 16g *159 / 16g  Błonnik: 10g / *10g Sód:759 mg / *833g <i>*wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym</i>
		Bogatobiałkowa oparzeniowa	Platki cynamonowe na mleku 300 ml ( <b>MI,GI</b> ) Szynka wiejska 80g ( <b>Sj</b> ) jajko got. 1 szt.( <b>J</b> ) Masło 15 g ( <b>MI</b> ) Pieczywo pszenno-żytnie 70g ( <b>GI</b> ) Bułka pszenna 50 g( <b>GI</b> ) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g ogórek kiszony 40 g	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml ( <b>GI,J,MI</b> ) Pierś z kurczaka w sosie 2 szt. 170 g + 80 g ( <b>GI,J</b> ) Ziemniaki 180 g Buraki got. 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Jogurt naturalny 100 g ( <b>MI</b> ) owoc	Pasta z tuńczyka, jajka i koperku (wyr. własny) 60 g ( <b>R,J</b> ) Szynka drobiowa 40 g ( <b>Sj</b> ) Masło 15 g ( <b>MI</b> ) Pieczywo pszenno-żytnie 60g ( <b>GI</b> ) Bułka pszenna 40 g ( <b>GI</b> ) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g  <b>Posilek wieczorny:</b> Grissini – chrupiące paluchy pełnoziarniste 2 szt. ( <b>GI</b> ), owoc	Energia: 2188 kcal Białko: 115 g Tł. Ogółem: 48 g Kw. Nasycone: 20 g Węgl./w tym cukry:324 g/25g Błonnik: 23g Sód:1450 mg

\*Skróty 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	2024.05.06. poniedziałek	Podstawowa	Płatki żytnie na mleku 300 ml <b>(MI,GI)*</b> Ser topiony 40 g <b>(MI)</b> Masło 15 g <b>(MI)</b> Chleb pełnoziarnisty 70g <b>(GI)</b> Bułka pszenna 50 g <b>(GI)</b> Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g dżem 30 g	Zupa grochowa 300 g <b>(GI)</b> Potrawka drobiowa 180 g <b>(GI)</b> Kasza kuskus 180 g <b>(GI)</b> Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Budyń śmietankowy 200 g <b>(MI)</b> owoc	Parówka z szynki na ciepło 2 szt. <b>(Sj)</b> Masło 15 g <b>(MI)</b> Pieczywo pszenno-żytnie 60g <b>(GI)</b> Bułka pszenna 40 g <b>(GI)</b> Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g ogórek 40 g ketchup 15g <b>Posilek wieczorny:</b> biszkopty 3 szt., soczek jabłkowy w kartoniku	Energia: 1991 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 żytnie na mleku 300 ml <b>(MI,GI)</b> Szynka wiejska 40 g <b>(Sj)</b> Masło 15 g <b>(MI)</b> Pieczywo pszenno-żytnie 70g <b>(GI)</b> Bułka pszenna 50 g <b>(GI)</b> Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g dżem 30 g	Zupa ziemniaczana z koperkiem 300 g <b>(GI)</b> Potrawka drobiowa 180 g <b>(GI)</b> Kasza kuskus 180 g <b>(GI)</b> Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Budyń śmietankowy 200 g <b>(MI)</b> owoc	Parówka z szynki na ciepło 2 szt. <b>(Sj)</b> Masło 15 g <b>(MI)</b> Pieczywo pszenno-żytnie 60g <b>(GI)</b> Bułka pszenna 40 g <b>(GI)</b> Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g ketchup 15g <b>Posilek wieczorny:</b> biszkopty 3 szt., soczek jabłkowy w kartoniku	Energia: 1921 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>	Płatki żytnie na mleku 300 ml <b>(MI,GI)</b> Szynka wiejska 40 g <b>(Sj)</b> Masło 15 g <b>(MI)</b> Bułka pszenna 100 g <b>(GI)</b> Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g dżem 30 g  <i>* ser biały 60 g (MI)</i>	Zupa ziemniaczana z koperkiem 300 g <b>(GI)</b> Potrawka drobiowa 180 g <b>(GI)</b> Kasza kuskus 180 g <b>(GI)</b> Kompot owocowy z cukrem 200 ml  <i>*indyk got. 85 g</i>	Budyń śmietankowy 200 g <b>(MI)</b> owoc	Parówka z szynki na ciepło 1 szt. <b>(Sj)</b> Masło 15 g <b>(MI)</b> Bułka pszenna 90 g <b>(GI)</b> Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g <i>*parówka z szynki 1 szt. (Sj)</i> <b>Posilek wieczorny:</b> biszkopty 3 szt., soczek 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 *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 <b>(MI,GI)</b> Ser topiony 40 g <b>(MI)</b> Szynka wiejska 40 g <b>(Sj)</b> Masło 15 g <b>(MI)</b> Chleb pełnoziarnisty 70g <b>(GI)</b> Bułka pszenna 50 g <b>(GI)</b> Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g dżem 30 g	Zupa grochowa 300 g <b>(GI)</b> Potrawka drobiowa 180 g <b>(GI)</b> indyk got. 85 g Kasza kuskus 180 g <b>(GI)</b> Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Budyń śmietankowy 200 g <b>(MI)</b> owoc	Parówka z szynki na ciepło 3 szt. <b>(Sj)</b> Masło 15 g <b>(MI)</b> Pieczywo pszenno-żytnie 60g <b>(GI)</b> Bułka pszenna 40 g <b>(GI)</b> Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g ogórek 40 g <b>Posilek wieczorny:</b> biszkopty 3 szt., soczek 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. Niebiańska 4/24, 03-924 Warszawa	2024.05.07. wtorek	Podstawowa	Kakao mleku 250 ml <b>(MI)*</b> Pasta mięsna (szynka, jajko, koperek, majonez) 60 g <b>(Sj,G,J)</b> Masło 15 g <b>(MI)</b> Pieczywo pszenno-żytnie 70g <b>(GI)</b> Bułka pszenna 50 g <b>(GI)</b> Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g miód 30 g	Zupa krupnik 300 ml <b>(GI)</b> Pierogi z serem i polewą jogurtową 6 szt. <b>(GI,J,MI)</b> Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Ciastka owsiane <b>(GI)</b>  owoc	Szynka drobiowa 40 g <b>(Sj)</b> Masło 15 g <b>(MI)</b> Pieczywo pszenno-żytnie 60g <b>(GI)</b> Bułka pszenna 40 g <b>(GI)</b> Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Papryka czerwona 40 g  <b>Posilek wieczorny:</b> wafle ryżowe 2 szt., 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	Kasza manna na mleku 300 ml <b>(MI,GI)</b> Pasta mięsna (szynka, jajko, koperek, majonez) 60 g <b>(Sj,G,J)</b> Masło 15 g <b>(MI)</b> Pieczywo pszenno-żytnie 70g <b>(GI)</b> Bułka pszenna 50 g <b>(GI)</b> Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g miód 30 g	Zupa krupnik 300 ml <b>(GI)</b> Pierogi z serem i polewą jogurtową 6 szt. <b>(GI,J,MI)</b> Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Ciastka owsiane <b>(GI)</b>  owoc	Szynka drobiowa40 g <b>(Sj)</b> Masło 15 g <b>(MI)</b> Pieczywo pszenno-żytnie 60g <b>(GI)</b> Bułka pszenna 40 g <b>(GI)</b> Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g  <b>Posilek wieczorny:</b> wafle ryżowe 2 szt., 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 <i>*dodatek dla diety bogatobiałk.</i>	Kasza manna na mleku 300 ml <b>(MI,GI)</b> Pasta mięsna (szynka, jajko, koperek, majonez) 60 g <b>(Sj,G,J)</b> Masło 15 g <b>(MI)</b> Bułka pszenna 100 g <b>(GI)</b> Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g miód 30 g <i>*szynka wp. 40 g (Sj)</i>	Zupa krupnik 300 ml <b>(GI)</b> Pierogi z serem i polewą jogurtową 6 szt. <b>(GI,J,MI)</b> Kompot owocowy z cukrem 200 ml  <i>* Pierogi z serem 3 szt. (GI, MI)</i>	Ciastka owsiane <b>(GI)</b>  owoc	Szynka drobiowa 40 g <b>(Sj)</b> Masło 15 g <b>(MI)</b> Bułka pszenna 90 g <b>(GI)</b> Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g  <i>*Szynka drobiowa 40 g (Sj)</i>  <b>Posilek wieczorny:</b> wafle ryżowe 2 szt., owoc	Energia: 1009 kcal / *1109 kcal Białko: 49 g / *65 g Tł. Ogółem: 38 g / *44g Kw. Nasycone: 9 g / *11g Węgl./w tym cukry:159 g / 16g *159 / 16g  Błonnik: 10g / *10g Sód:759 mg / *833g <i>*wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym</i>
		Bogatobiałkowa oparzeniowa	Kasza manna na mleku 300 ml <b>(MI,GI)</b> Pasta mięsna (szynka, jajko, koperek, majonez) 60 g <b>(Sj,G,J)</b> Szynka wp. 40 g <b>(Sj)</b> Masło 15 g <b>(MI)</b> Pieczywo pszenno-żytnie 70g <b>(GI)</b> Bułka pszenna 50 g <b>(GI)</b> Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g miód 30 g	Zupa krupnik 300 ml <b>(GI)</b> Pierogi z serem i polewą jogurtową 10 szt. <b>(GI,J,MI)</b> Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Ciastka owsiane <b>(GI)</b>  owoc	Szynka drobiowa 80 g <b>(Sj)</b> Masło 15 g <b>(MI)</b> Pieczywo pszenno-żytnie 60g <b>(GI)</b> Bułka pszenna 40 g <b>(GI)</b> Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Papryka czerwona 40 g  <b>Posilek wieczorny:</b> wafle ryżowe 2 szt., 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 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	2024.05.09. czwartek	Podstawowa	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml(MI)* Szynka wiejska 40 g Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Ogórek 40 g	Zupa barszcz czerwony 300 g (GI,MI) Klops w sosie koperkowym 85 g + 80 g (GI,J) Kasza jęczmienna 180 g (GI) Marchewka z groszkiem 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Kasza manna z sokiem malinowym (GI,MI) owoc	Twarożek z koperkiem 60 g (MI) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g <b>Posilek wieczorny:</b> Ciastka wielozbożowe Witabella 4 szt. (GI,J,MI), owoc	Energia: 20159 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 kukurydziane na mleku 300 ml (MI) Szynka wiejska 40 g Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g	Zupa barszcz czerwony 300 g (GI,MI) Klops w sosie koperkowym 85g + 80 g (GI,J) Kasza jęczmienna 180 g (GI) Marchewka got. 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Kasza manna z sokiem malinowym (GI,MI) owoc	Twarożek z koperkiem 60 g (MI) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g <b>Posilek wieczorny:</b> Ciastka wielozbożowe Witabella 4 szt. (GI,J,MI), owoc	Energia: 20159 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
		II rok życia <i>*dodatek dla diety bogatobiałk.</i>	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MI) Szynka wiejska 40 g Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 100 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g  <i>*jajko 1 szt.(J)</i>	Zupa barszcz czerwony 300 g (GI,MI) Klops w sosie koperkowym 85 g + 80 g (GI,J) Kasza jęczmienna 180 g (GI) Marchewka got. 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml  <i>*klops 85 g</i>	Kasza manna z sokiem malinowym (GI,MI) owoc	Twarożek z koperkiem 60 g (MI) Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g  <i>*Szynka wiejska 40 g (Sj)</i>	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 kukurydziane na mleku 300 ml (MI) Szynka wiejska 40 g <i>*jajko 1 szt.(J)</i> Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Ogórek 40 g	Zupa barszcz czerwony 300 g (GI,MI) Klops w sosie koperkowym 2 szt. 170 g + 80 g (GI,J) Kasza jęczmienna 180 g (GI) Marchewka z groszkiem 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Kasza manna z sokiem malinowym (GI,MI) owoc	Twarożek z koperkiem 60 g (MI) Szynka wiejska 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g <b>Posilek wieczorny:</b> Ciastka wielozbożowe Witabella 4 szt. (GI,J,MI), owoc	Energia: 2120 kcal Białko: 109 g Tł. Ogółem: 49 g Kw. Nasycone: 19 g Węgl./w tym cukry:325 g/26g Błonnik: 27g Sód:1605 mg

\*Skróty alergenów: MI - mleko, GI - gluten, Sj - soja, S - seler, J - jajka, R - ryba, G – gorczyca

Zastrzegamy sobie prawa do zmiany jadłospisu z przyczyn od nas niezależnych.

	Data	Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Średnie wartości odżywcze
Szpitala Dziecięcego im. prof. dr. med. J. Bogdanowicza ul. Nieklańska 4/24, 03-924 Warszawa	2024.05.10. piątek	Podstawowa	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml <b>(MI,GI)</b> Ser żółty 40 g <b>(MI)</b> Masło 15 g <b>(MI)</b> Chleb słonecznikowy 70g <b>(GI)</b> Bułka pszenna 50 g <b>(GI)</b> Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g	Zupa ogórkowa z ryżem 300 ml <b>(GI,MI)</b> Kotlet rybny 85 g <b>(GI,J,R)</b> Ziemniaki 180 g Surówka z kapusty pekińskiej 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Drożdżówka z jabłkiem <b>(GI)</b>  owoc	Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (wyr.własny) 60 g <b>(J,MI)</b> Masło 15 g <b>(MI)</b> Pieczywo pszenno-żytnie 60g <b>(GI)</b> Bułka pszenna 40 g <b>(GI)</b> Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g <b>Posiłek wieczorny:</b> ciastka owsiane 2 szt. <b>(GI)</b> , sok jabłkowy w kartoniku	Energia: 2190 kcal Białko: 96,5 g Tł. Ogółem: 45 g Kw. Nasycone: 18 g Węgl./w tym cukry:325 g/26g Błonnik: 25g Sód:1343 mg
		Lekkostrawna	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml <b>(MI,GI)</b> Szynka wiejska 40 g <b>(Sj)</b> Masło 15 g <b>(MI)</b> Pieczywo pszenno-żytnie 70g <b>(GI)</b> Bułka pszenna 50 g <b>(GI)</b> Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g	Zupa ryżanka 300 ml Ryba pieczona z warzywami (marchew, pomidor) (85 g + 100 g) <b>(R)</b> Ziemniaki 180 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Drożdżówka z jabłkiem <b>(GI)</b>  owoc	Pasta jajeczna z koperkiem(wyr.własny) 60 g <b>(J,MI)</b> Masło 15 g <b>(MI)</b> Pieczywo pszenno-żytnie 60g <b>(GI)</b> Bułka pszenna 40 g <b>(GI)</b> Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g <b>Posiłek wieczorny:</b> ciastka owsiane 2 szt. <b>(GI)</b> , sok jabłkowy w kartoniku	Energia: 2148 kcal Białko: 96 g Tł. Ogółem: 43 g Kw. Nasycone: 18 g Węgl./w tym cukry:315 g/24g Błonnik: 25g Sód:1300 mg
		II rok życia <i>*dodatek dla diety bogatobiałk.</i>	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml <b>(MI,GI)</b> Szynka wiejska 40 g <b>(Sj)</b> Masło 15 g <b>(MI)</b> Bułka pszenna 100 g <b>(GI)</b> Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g  <i>*Szynka wiejska 30 g (Sj)</i>	Zupa ryżanka 300 ml Ryba pieczona z warzywami (marchew, pomidor) (85 g + 100 g) <b>(R)</b> Ziemniaki 180 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml  <i>*ryba pieczona 80 g (GI,J,R)</i>	Drożdżówka z jabłkiem <b>(GI)</b>  owoc	Pasta jajeczna z koperkiem (wyr.własny) 60 g <b>(J,MI)</b> Masło 15 g <b>(MI)</b> Bułka pszenna 90 g <b>(GI)</b> Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g <i>*połędwica drobiowa 30 g (Sj)</i> <b>Posiłek wieczorny:</b> ciastka owsiane 2 szt. <b>(GI)</b> , sok 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 jęczmienne na mleku 300 ml <b>(MI,GI)</b> Ser żółty 30 g <b>(MI)</b> Szynka wiejska 40 g <b>(Sj)</b> Masło 15 g <b>(MI)</b> Chleb słonecznikowy 70g <b>(GI)</b> Bułka pszenna 50 g <b>(GI)</b> Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g	Zupa ogórkowa z ryżem 300 ml <b>(GI,MI)</b> Kotlet rybny 2 szt. 170 g <b>(GI,J,R)</b> Ziemniaki 180 g Surówka z kapusty pekińskiej 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Drożdżówka z jabłkiem <b>(GI)</b>  owoc	Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (wyr.własny) 60 g <b>(J,MI)</b> połędwica drobiowa 40 g (Sj) Masło 15 g <b>(MI)</b> Pieczywo pszenno-żytnie 60g <b>(GI)</b> Bułka pszenna 40 g <b>(GI)</b> Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g <b>Posiłek wieczorny:</b> ciastka owsiane 2 szt. <b>(GI)</b> , sok 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. Nieklańska 4/24, 03-924 Warszawa	2024.05.11. sobota	Podstawowa	Płatki miodowe na mleku 300 ml <b>(MI,GI)</b> Ser biały 60 g <b>(MI)</b> Masło 15 g <b>(MI)</b> Pieczywo pszenno-żytnie 70g <b>(GI)</b> Bułka pszenna 50 g <b>(GI)</b> Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Ogórek 40 g dżem 30 g	Zupa zacierkowa 300 ml <b>(GI)</b> Leczo z kurczakiem (cukinia, brokuł, kalafior, marchewka, papryka, pomidor) 180 g Kasza bulgur 180 g <b>(GI)</b> Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Jogurt owocowy 150 ml <b>(MI)</b> Biszkopty 4 szt. <b>(GI,J)</b>	Parówka z szynki na ciepło 2 szt. <b>(Sj)</b> Masło 15 g <b>(MI)</b> Pieczywo pszenno-żytnie 60g <b>(GI)</b> Bułka pszenna 40 g <b>(GI)</b> Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g ketchup 15g <b>Posilek wieczorny:</b> pałki kukurydziane 3 szt., owoc	Energia: 1963 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 miodowe na mleku 300 ml <b>(MI,GI)</b> Ser biały 60 g <b>(MI)</b> Masło 15 g <b>(MI)</b> Pieczywo pszenno-żytnie 70g <b>(GI)</b> Bułka pszenna 50 g <b>(GI)</b> Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g dżem 30 g	Zupa zacierkowa 300 ml <b>(GI)</b> Leczo z kurczakiem lekkostrawne (cukinia, brokuł, marchewka, pomidor) 180 g Kasza bulgur 180 g <b>(GI)</b> Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Jogurt owocowy 150 ml <b>(MI)</b> Biszkopty 4 szt. <b>(GI,J)</b>	Parówka z szynki na ciepło 2 szt. <b>(Sj)</b> Masło 15 g <b>(MI)</b> Pieczywo pszenno-żytnie 60g <b>(GI)</b> Bułka pszenna 40 g <b>(GI)</b> Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g ketchup 15g <b>Posilek wieczorny:</b> pałki kukurydziane 3 szt., owoc	Energia: 1963 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
		II rok życia <i>*dodatek dla diety bogatobiałk.</i>	Płatki miodowe na mleku 300 ml <b>(MI,GI)</b> Ser biały 60 g <b>(MI)</b> Masło 15 g <b>(MI)</b> Bułka pszenna 100 g <b>(GI)</b> Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g dżem 30 g <i>*szynka drobiowa 30 g (Sj)</i>	Zupa zacierkowa 300 ml <b>(GI)</b> Leczo z kurczakiem lekkostrawne (cukinia, brokuł, marchewka, pomidor) 180 g Kasza bulgur 180 g <b>(GI)</b> Kompot owocowy z cukrem 200 ml  <i>*Kurczak got. 80 g</i>	Jogurt owocowy 150 ml <b>(MI)</b> Biszkopty 4 szt. <b>(GI,J)</b>	Parówka z szynki na ciepło 1 szt. <b>(Sj)</b> Masło 15 g <b>(MI)</b> Bułka pszenna 90 g <b>(GI)</b> Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g <i>*parówka z szynki 1 szt. (Sj)</i> <b>Posilek wieczorny:</b> pałki kukurydziane 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 <i>*wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym</i>
		Bogatobiałkowa oparzeniowa	Płatki miodowe na mleku 300 ml <b>(MI,GI)</b> Ser biały 60 g <b>(MI)</b> szynka drobiowa 40 g <b>(Sj)</b> Masło 15 g <b>(MI)</b> Pieczywo pszenno-żytnie 70g <b>(GI)</b> Bułka pszenna 50 g <b>(GI)</b> Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Ogórek 40 g dżem 30 g	Zupa zacierkowa 300 ml <b>(GI)</b> Leczo z kurczakiem (cukinia, brokuł, kalafior, marchewka, papryka, pomidor) 180 g Kurczak got. 80 g Kasza bulgur 180 g <b>(GI)</b> Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Jogurt owocowy 150 ml <b>(MI)</b> Biszkopty 4 szt. <b>(GI,J)</b>	Parówka z szynki na ciepło 3 szt. <b>(Sj)</b> Masło 15 g <b>(MI)</b> Pieczywo pszenno-żytnie 60g <b>(GI)</b> Bułka pszenna 40 g <b>(GI)</b> Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g ketchup 15g <b>Posilek wieczorny:</b> pałki kukurydziane 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

\*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.