

	Data	Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Średnie wartości odżywcze
Szpitala Dziecięcego im. prof. dr. med. J. Bogdanowicza ul. Niekańska 4/24, 03-924 Warszawa	2025.05.17 sobota	Podstawowa	Płatki ryżowe na mleku 300 ml (MI) Ser topiony 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 40 g dżem 15 g	Zupa zacierkowa 300 ml (GI,J) Leczo z indykiem (cukinia, brokuł, kalafior, marchewka, papryka, pomidor) 180 g Kasza kuskus 180 g (GI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>*indyk got. 85 g</i>	Serek homog. waniliowy (wyr.własny) 200g (MI) owoc	Schab pieczony (wyr. własny) 40 g Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Papryka czerwona 40 g Posilek wieczorny: herbatniki 4 szt. (G,MI) , sok jabłkowy w kartoniku	Energia: 2278 kcal Białko: 94 g Tł. Ogółem: 62 g Kw. Nasycone: 22 g Węgl./w tym cukry:344 g/28g Błonnik: 22 g Sód:1367 mg
		Lekkostrawna	Płatki ryżowe 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 dżem 15 g	Zupa zacierkowa 300 ml (GI,J) Leczo z indykiem lekkostrawne (cukinia, marchewka, pomidor) 180 g Kasza kuskus 180 g (GI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>*indyk got. 85 g</i>	Serek homog. waniliowy (wyr.własny) 200g (MI) owoc	Schab pieczony (wyr. własny) 40 g Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g Posilek wieczorny: herbatniki 4 szt. (G,MI) , sok jabłkowy w kartoniku	Energia: 2278 kcal Białko: 94 g Tł. Ogółem: 62 g Kw. Nasycone: 22 g Węgl./w tym cukry:344 g/27g Błonnik: 22 g Sód:1367 mg
		II rok życia <i>*dodatek dla diety</i>	Płatki ryżowe na mleku 300 ml (MI) szynka wp. 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 100 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g dżem 15 g <i>* Jajko got. 1 szt. (J)</i> <i>* Jajko got. ½ szt. (J)</i>	Zupa zacierkowa 300 ml (GI,J) Leczo z indykiem(cukinia, marchewka, pomidor) 180 g Kasza kuskus 180 g (GI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>*indyk got. 85 g</i>	Serek homog. waniliowy (wyr.własny) 200g (MI) owoc	Schab pieczony (wyr. własny) 40 g Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g <i>*Szynka drobiowa 40 g (Sj)</i> Posilek wieczorny: herbatniki 4 szt. (G,MI) , sok jabłkowy w kartoniku	Energia: 1120 kcal / *1220 kcal Białko: 54 g / *72 g Tł. Ogółem: 36 g /* 40g Kw. Nasycone: 8,5 g /* 9g Węgl./w tym cukry:152 g / 14g *155 / 14g Błonnik: 9,5g / *9,5g Sód:762 mg / *825g *wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym
		Bogaobiałkowa Oparzenie	Płatki ryżowe na mleku 300 ml (MI) Ser topiony 40 g (MI) Jajko got. 1 szt. (J) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Ogórek 40 g dżem 15 g	Zupa zacierkowa 300 ml (GI,J) Leczo z indykiem (cukinia, brokuł, kalafior, marchewka, papryka, pomidor) 180 g Kurczak got. 85 g Kasza kuskus 180 g (GI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>*indyk got. 85 g</i>	Serek homog. waniliowy (wyr.własny) 200g (MI) owoc	Schab pieczony (wyr. własny) 40 g Szynka drobiowa 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Papryka czerwona 40 g	Energia: 2312kcal Białko: 93 g Tł. Ogółem: 64 g Kw. Nasycone: 23 g Węgl./w tym cukry:341 g/27g Błonnik: 22,3g Sód:1320 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	2025.05.20 wtorek	Podstawowa	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MI)* Ser żółty 40g (MI) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g rzodkiewka 40g	Zupa kapuśniak z młodej kapusty 300 ml (GI) Pieczeń rzymska w sosie 85 g + 80 g (GI,J) ryż 180 g sałatka wiosenna 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</i>	Budyń śmietankowy 150 ml (MI) owoc	Pasztet drobiowy 50 g (GI,J,S,MI) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Ogórek kiszony 40 g Posilek wieczorny: ciastka owsiane 2 szt. (GI) , sok jabłkowy w kartoniku	Energia: 2243kcal Białko: 91 g Tł. Ogółem: 48 g Kw. Nasycone: 19 g Węgl./w tym cukry:283 g/21g Błonnik: 24g Sód:1247 mg
		Lekkostrawna	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MI) Szynka z indyka 40g (Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40g	Zupa kapuśniak z m 300 ml (GI) Pieczeń rzymska w sosie 85 g + 80 g (GI,J) ryż 180 g brokuł na parze 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</i>	Budyń śmietankowy 150 ml (MI) owoc	Polędwica drobiowa 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g Posilek wieczorny: ciastka owsiane 2 szt. (GI) , sok jabłkowy w kartoniku	Energia: 2243kcal Białko: 91 g Tł. Ogółem: 48 g Kw. Nasycone: 19 g Węgl./w tym cukry:283 g/21g Błonnik: 24g Sód:1247 mg
		II rok życia *dodatek dla diety .	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MI) Szynka z indyka 40g (Sj) Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 100 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40g *szynka z indyka 40 g (Sj)	Zupa ziemniaczana 300 ml (GI) Pieczeń rzymska w sosie 85 g + 80 g (GI,J) ryż 180 g brokuł na parze 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</i>	Budyń śmietankowy 150 ml (MI) owoc	Polędwica drobiowa 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g *polędwica drobiowa 40 g (Sj) Posilek wieczorny: ciastka owsiane 2 szt. (GI) , sok jabłkowy w kartoniku	Energia: 1213 kcal / *1201 kcal Białko: 47 g / *59 g Tł. Ogółem: 39 g /* 44g Kw. Nasycone: 8.5 g /* 10.5g Węgl./w tym cukry:165 g / 18g *1601/ 17g Błonnik: 11g / *11g Sód:742 mg / *818g *wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym
		Bogatobiałkowa oparzeniowa	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MI) Ser żółty 40g (MI) Szynka z indyka 40g (Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40g	Zupa ziemniaczana 300 ml (GI) Pieczeń rzymska w sosie 2 szt. 170 g + 80 g (GI,J) ryż 180 g brokuł na parze 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</i>	Budyń śmietankowy 200 ml (MI) owoc	Pasztet drobiowy 50 g (GI,J,S,MI) Polędwica drobiowa 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Ogórek kiszony 40 g Posilek wieczorny: ciastka owsiane 2 szt. (GI) , sok jabłkowy w kartoniku	Energia: 2289 kcal Białko: 122 g Tł. Ogółem: 50 g Kw. Nasycone: 17 g Węgl./w tym cukry:291 g/20g Błonnik: 22g Sód:1301 mg

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

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

	Data	Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Średnie wartości odżywcze
Szpitala Dziecięcego im. prof. dr. med. J. Bogdanowicza ul. Niekańska 4/24, 03-924 Warszawa	2025.05.21 środa	Podstawowa	Płatki jaglane na mleku 300 ml (MI)* Serek homog. 60 g (MI) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Ogorek 40g dżem 30 g	Zupa krupnik 300 ml (GI) spaghetti(GI,J) Surówka z kapusty pekińskiej 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka termiczna: smażenie, pieczenie</i>	Jogurt owocowy 100 ml (MI) Biszkopty 3 szt. (GI,J)	Paprykarz (wyrób własny) 60 g (R) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g Posilek wieczorny: pieczywo Wasa 2 szt. (GI) , owoc	Energia: 2287 kcal Białko: 97 g Tł. Ogółem: 59 g Kw. Nasycone: 17,3 g Węgl./w tym cukry:334 g/27g Błonnik: 26g Sód:1357 mg
		Lekkostrawna	Płatki jaglane na mleku 300 ml (MI) Serek homog.60 g (MI) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g sałata dżem 30 g	Zupa krupnik 300 ml (GI) spaghetti(GI,J) Surówka z kapusty pekińskiej 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</i>	Jogurt owocowy 100 ml (MI) Biszkopty 3 szt. (GI,J)	Szynka wp. 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g Posilek wieczorny: pieczywo Wasa 2 szt. (GI) , owoc	Energia: 2287 kcal Białko: 97 g Tł. Ogółem: 59 g Kw. Nasycone: 17,3 g Węgl./w tym cukry:334 g/27g Błonnik: 26g Sód:1357 mg
		II rok życia *dodatek dla diety	Płatki jaglane na mleku 300 ml (MI) Serek homog.60 g (MI) Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 80 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g pomidor 40g dżem 30 g *Serek homog. 60 g (MI)	Zupa krupnik 300 ml (GI) spaghetti. (GI,J) Surówka z kapusty pekińskiej 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</i>	Jogurt owocowy 100 ml (MI) Biszkopty 3 szt. (GI,J)	Szynka wp. 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g *Szynka wp. 40 g (Sj) Posilek wieczorny: pieczywo Wasa 2 szt. (GI) , owoc	Energia: 1029 kcal / *1114 kcal Białko: 450 g / *64 g Tł. Ogółem: 39 g /* 43g Kw. Nasycone: 9 g /* 11g Węgl./w tym cukry:160 g / 17g *160 / 17g Błonnik: 10,5g / *10.5g Sód:760 mg / *834g *wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym
		Bogatobiałkowa Oparzeniowa	Płatki jaglane na mleku 300 ml (MI) Serek homog. 120 g (MI) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40g dżem 30 g	Zupa krupnik 300 ml (GI) spaghettit.(GI,J) Surówka z kapusty pekińskiej 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka termiczna: smażenie, duszenie</i>	Jogurt owocowy 100 ml (MI) Biszkopty 3 szt. (GI,J)	Paprykarz (wyrób własny) 60 g (R) Szynka wp. 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g Posilek wieczorny: pieczywo Wasa 2 szt. (GI) , owoc	Energia: 2299 kcal Białko: 114 g Tł. Ogółem: 47 g Kw. Nasycone: 19 g Węgl./w tym cukry:320 g/24g Błonnik: 22g Sód:1451 mg

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

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

	Data	Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Średnie wartości odżywcze
Szpitala Dziecięcego im. prof. dr. med. J. Bogdanowicza ul. Niekańska 4/24, 03-924 Warszawa	2025.05.22 czwartek	Podstawowa	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MI,GI)* Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 60 g (J,G) Masło 15 g (MI) Chleb pełnoziarnisty 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g	Zupa rosół z makaronem 300 ml (GI,J) Kotlet schabowy 85g (GI,J) ziemniaki 180 g buraczki 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka termiczna: smażenie</i>	Drożdżówka z jabłkiem (GI) owoc	Szynka z indyka 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Papryka czerwona 40 g Posilek wieczorny: jogurt nat. (MI) , pałki kukurydziane 3 szt.	Energia: 2257 kcal Białko: 91,3 g Tł. Ogółem: 45 g Kw. Nasycone: 16,3 g Węgl./w tym cukry:389 g/28g Błonnik: 24 g Sód:1321 mg
		Lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MI,GI) Pasta jajeczna z koperkiem i jogurtem 60 g (J,MI) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g	Zupa rosół z makaronem 300 ml (GI,J) Schab w sosie 85g + 80g (GI) ziemniaki 180 g buraczki 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</i>	Drożdżówka z jabłkiem (GI) owoc	Szynka z indyka 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g Posilek wieczorny: jogurt nat. (MI) , pałki kukurydziane 3 szt.	Energia: 2257 kcal Białko: 91,3 g Tł. Ogółem: 45 g Kw. Nasycone: 16,3 g Węgl./w tym cukry:389 g/28g Błonnik: 24 g Sód:1321 mg
		II rok życia <i>*dodatek dla diety</i>	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MI,GI) Pasta jajeczna z koperkiem i jogurtem 60 g (J,MI) Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 100 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g <i>* Szynka wiejska 30 g (Sj)</i>	Zupa rosół z makaronem 300 ml (GI,J) Schab w sosie 85g + 80g (GI) ziemniaki 180 g buraczki 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>*pulpet 85 g (GI,J)</i> <i>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</i>	Drożdżówka z jabłkiem (GI) owoc	Szynka z indyka 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g <i>* Szynka z indyka 40 g (Sj)</i> Posilek wieczorny: jogurt nat. (MI) , pałki kukurydziane 3 szt.	Energia: 1178 kcal / *1200 kcal Białko: 46 g / *60 g Tł. Ogółem: 37 g /* 43g Kw. Nasycone: 9.5 g /* 11.5g Węgl./w tym cukry:181 g / 19g *173 / 18g Błonnik: 9g /*9g Sód:752 mg / *832g <i>*wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym</i>
		Bogatobiałkowa oparzeniowa	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MI,GI) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 60 g (J,G) Szynka wiejska 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Chleb pełnoziarnisty 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g	Zupa rosół z makaronem 300 ml (GI,J) Kotlet schabowy 2 szt. 170g (GI,J) ziemniaki 180 g buraczki 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka termiczna: smażenie</i>	Drożdżówka z jabłkiem (GI) owoc	Szynka z indyka 80 g (Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Papryka czerwona 40 g Posilek wieczorny: jogurt nat. (MI) , pałki kukurydziane 3 szt.	Energia: 2278 kcal Białko: 107 g Tł. Ogółem: 48 g Kw. Nasycone: 18 g Węgl./w tym cukry:324 g/25g Błonnik: 26g Sód:1604 mg

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

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

	Data	Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Średnie wartości odżywcze
Szpitala Dziecięcego im. prof. dr. med. J. Bogdanowicza ul. Niekańska 4/24, 03-924 Warszawa	2025.05.23 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 rzodkiewka 40 g dżem 30 g	Zupa jarzynowa 300 ml (GI) Placki ziemniaczane 2 szt. (GI,J) Surówka z marchewki 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka termiczna: smażenie</i>	Galaretka agrestowa 200 ml owoc	Pasta z tuńczyka, jajka i koperku (wyr. własny) 60 g (R,J) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Ogórek 40 g Posilek wieczorny: Wafle ryżowe 3 szt. owoc	Energia: 2276 kcal Białko: 94 g Tł. Ogółem: 59 g Kw. Nasycone: 19 g Węgl./w tym cukry:333 g/25g Błonnik: 24,1 g Sód:1310 mg
		Lekkostrawna	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MI) Szyńka z indyka 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g dżem 30 g	Zupa jarzynowa 300 ml (GI) Makaron z polewą jogurtowo - truskawkową(180g + 160 g) (GI,J,MI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka termiczna: gotowanie</i>	Galaretka agrestowa 200 ml owoc	Szyńka wiejska 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g Posilek wieczorny: Wafle ryżowe 3 szt. owoc	Energia: 2276 kcal Białko: 94 g Tł. Ogółem: 59 g Kw. Nasycone: 19 g Węgl./w tym cukry:333 g/25g Błonnik: 24,1 g Sód:1310 mg
		II rok życia *dodatek dla diety	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MI) Szyńka z indyka 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 100 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g dżem 30 g *szyńka z indyka. 40 g (Sj)	Zupa jarzynowa 300 ml (GI) Makaron z polewą jogurtowo - truskawkową (180g + 160 g) (GI,J,MI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml *serek homog. 100 g (MI) <i>Obróbka termiczna: gotowanie</i>	Galaretka agrestowa 200 ml owoc	Szyńka wiejska 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g *Szyńka wiejska 40 g (Sj) Posilek wieczorny: Wafle ryżowe 3 szt. owoc	Energia: 1101 kcal / *1243 kcal Białko: 54 g / *72 g Tł. Ogółem: 36 g /* 40g Kw. Nasycone: 7,5 g /* 8,5g Węgl./w tym cukry:152 g / 13g *150 / 13g Błonnik: 8,5g / *8,5g Sód:760 mg / *822g *wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym
		Bogatobiałkowa oparzeniowa	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MI) Ser żółty 40 g (MI) Szyńka z indyka 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g dżem 30 g	Zupa jarzynowa 300 ml (GI) Placki ziemniaczane 2 szt. (GI,J) Surówka z marchewki 120 g serek homog. 100 g (MI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka termiczna: smażenie</i>	Galaretka agrestowa 200 ml owoc	Pasta z tuńczyka, jajka i koperku (wyr. własny) 60 g (R,J) Szyńka wiejska 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Ogórek 40 g Posilek wieczorny: Wafle ryżowe 3 szt. owoc	Energia: 2298kcal Białko: 98,5 g Tł. Ogółem: 63 g Kw. Nasycone: 23 g Węgl./w tym cukry:341 g/27g Błonnik: 22,3g Sód:1320 mg

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

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

	Data	Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Średnie wartości odżywcze
Szpitala Dziecięcego im. prof. dr. med. J. Bogdanowicza ul. Niekańska 4/24, 03-924 Warszawa	2025.04.24 sobota	Podstawowa	Kasza manna na mleku 300 ml (MI,GI)* Szynka wiejska 40 g Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Ogórek małosolny 40 g	Zupa botwina 300 ml (GI,MI) Kolorowy kociołek (indyk, dynia, marchew, kalafior, brokuł) 180 g (GI) Kasza jęczmienna 180 g (GI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</i>	Chałka z miodem 40 g + 20 g (GI,MI) owoc	Ser biały z koperkiem 60 g (MI) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Papryka czerwona 40 g Posilek wieczorny: jogurt owocowy 100 ml (MI) , pieczywo Wasa 2 szt. (GI)	Energia: 2272 kcal Białko: 95 g Tł. Ogółem: 59 g Kw. Nasycone: 19 g Węgl./w tym cukry:334 g/26g Błonnik: 22,1 g Sód:1301 mg
		Lekkostrawna	Kasza manna na mleku 300 ml (MI,GI) Szynka wiejska 40 g Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g	Zupa botwina 300 ml (GI,MI) Kolorowy kociołek (indyk, dynia, marchew, cukinia) 180 g (GI) Kasza jęczmienna 180 g (GI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</i>	Chałka z miodem 40 g + 20 g (GI,MI) owoc	Ser biały z koperkiem 60 g (MI) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g Posilek wieczorny: jogurt owocowy 100 ml (MI) , pieczywo Wasa 2 szt. (GI)	Energia: 2272 kcal Białko: 95 g Tł. Ogółem: 59 g Kw. Nasycone: 19 g Węgl./w tym cukry:334 g/26g Błonnik: 22,1 g Sód:1301 mg
		II rok życia <i>*dodatek dla diety</i>	Kasza manna na mleku 300 ml (MI,GI) Szynka wiejska 40 g Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 100 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g <i>*jajko got. 1 szt.(J)</i>	Zupa botwina 300 ml (GI,MI) Kolorowy kociołek (indyk, dynia, marchew, cukinia) 180 g (GI) Kasza jęczmienna 180 g (GI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>*indyk gotowany 80 g</i> <i>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</i>	Chałka z miodem 40 g + 20 g (GI,MI) owoc	Ser biały z koperkiem 60 g (MI) Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 90 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g <i>* Szynka wiejska 40 g</i> Posilek wieczorny: jogurt owocowy 100 ml (MI) , pieczywo Wasa 2 szt. (GI)	Energia: 1123 kcal / *1279 kcal Białko: 54 g / *72 g Tł. Ogółem: 36 g /* 40g Kw. Nasycone: 7,8 g /* 8,7g Węgl./w tym cukry:150 g / 13g *150 / 13g Błonnik: 9g / *9g Sód:760 mg / *820g <i>*wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym</i>
		Bogatobiałko oparzeniowa	Kasza manna na mleku 300 ml (MI,GI) Szynka wiejska 40 g jajko got. 1 szt. (J) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Ogórek kiszony 40 g	Zupa botwina 300 ml (GI,MI) Kolorowy kociołek (indyk, dynia, marchew, kalafior, brokuł) 180 g (GI) indyk gotowany 80 g Kasza jęczmienna 180 g (GI) Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</i>	Chałka z miodem 40 g + 20 g (GI,MI) owoc	Ser biały z koperkiem 60 g (MI) Szynka wiejska 40 g Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GI) Bułka pszenna 40 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Papryka czerwona 40 g Posilek wieczorny: jogurt owocowy 100 ml (MI) , pieczywo Wasa 2 szt. (GI)	Energia: 2290kcal Białko: 96,5 g Tł. Ogółem: 64 g Kw. Nasycone: 23 g Węgl./w tym cukry:339 g/27g Błonnik: 22,3g Sód:1325 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. Nieckańska 4/24, 03-924 Warszawa	2025.05.26 poniedziałek	Podstawowa	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MI,GI)* Twaróg 60 g (MI) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Ogórek 40 g dżem 30 g	Zupa barszcz biały nat. 300 ml (MI,GI) Gulasz z indyka po węgiersku 180 g (GI) Kasza bulgur 180 g (GI) Brokuł na parze 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Jogurt nat. 150 ml (MI) owoc	Szynka wp. 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g Posilek wieczorny: pieczywo Sonko 2 szt. (GI) , owoc	Energia: 2249kcal Białko: 95 g Tł. Ogółem: 59 g Kw. Nasycone: 21 g Węgl./w tym cukry:334 g/26g Błonnik: 22,1 g Sód:1290 mg
		Lekkostrawna	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MI,GI) Twaróg 60 g (MI) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g dżem 30 g	Zupa barszcz biały nat. 300 ml (MI,GI) Gulasz z indyka 180 g (GI) Kasza bulgur 180 g (GI) Brokuł na parze 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Jogurt nat. 150 ml (MI) owoc	Szynka wp. 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g Posilek wieczorny: pieczywo Sonko 2 szt. (GI) , owoc	Energia: 2249kcal Białko: 95 g Tł. Ogółem: 59 g Kw. Nasycone: 21 g Węgl./w tym cukry:334 g/26g Błonnik: 22,1 g Sód:1290 mg
		II rok życia <i>*dodatek dla diety bogatobiałk.</i>	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MI,GI) Twaróg 60 g (MI) Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 100 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Pomidor 40 g dżem 30 g <i>*szynka wiejska 40 g (Sj)</i>	Zupa barszcz biały nat. 300 ml (MI,GI) Gulasz z indyka 180 g (GI) Kasza bulgur 180 g (GI) Brokuł na parze 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml <i>*mięso gulaszowe 85 g</i>	Jogurt nat. 150 ml (MI) owoc	Szynka wp. 40 g (Sj) Masło 15 g (MI) Bułka pszenna 100 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g <i>* Jajko 1 szt. (J)</i> Posilek wieczorny: pieczywo Sonko 2 szt. (GI) , owoc	Energia: 1143kcal / *1294 kcal Białko: 54 g / *72 g Tł. Ogółem: 36 g /* 40g Kw. Nasycone: 8,5 g /* 9,2g Węgl./w tym cukry:152 g / 12g *150/ 13g Błonnik: 8,5g / *8,5g Sód:764 mg / *826g <i>*wartości dla diety z dodatkiem bogatobiałkowym</i>
		Bogatobiałkowa oparzeniowa	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MI,GI) Twaróg 60 g (MI) Szynka wiejska 40 g Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Ogórek 40 g dżem 30 g	Zupa barszcz biały. 300 ml (MI,GI) Gulasz z indyka po węgiersku 260 g (GI) Kasza bulgur 180 g (GI) Brokuł na parze 120 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml	Jogurt nat. 150 ml (MI) owoc	Szynka wp. 40 g (Sj) Jajko 1 szt. (J) Masło 15 g (MI) Pieczywo pszenno-żytnie 70g (GI) Bułka pszenna 50 g (GI) Herbata b/c 200 ml Cukier 15 g Sałata 10 g Posilek wieczorny: pieczywo Sonko 2 szt. (GI) , owoc Posilek wieczorny: pieczywo Sonko 2 szt. (GI) , owoc	Energia: 2299 kcal Białko: 96,5 g Tł. Ogółem: 64 g Kw. Nasycone: 23 g Węgl./w tym cukry:339 g/27g Błonnik: 22,3g Sód:1320 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.

*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.