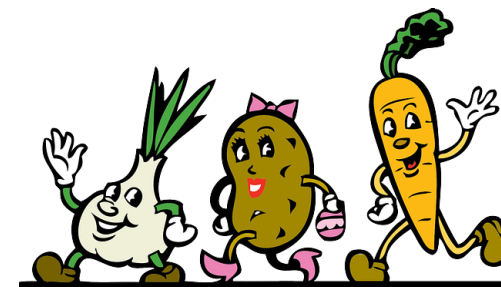


# Jadłospis na 25.06.2024r.

Wtorek

DZIECI

DIETA	Śniadanie	Obiad	Kolacja	Podwieczorek	Posiłek wieczorny	Wartość odżywcza	
<b>PODSTAWOWA</b>	Herbata 200 ml Chleb pszenny 100 g /gl/, Masło 10 g /m/, Kiełbasa żywiecka 50 g /*/, Pomidor 1 szt.	Herbata 200 ml Zupa dyniowa 350 ml /s/, Ryż brązowy z sosem z cieciorki 350 g /s,gl,*/,	Herbata 200 ml Chleb żytni 100 g /gl/, Masło 10 g /m/, Mozzarella 1 szt. /m/, Ogórek małosolny 1 szt.	Nektaryna 1 szt.	Jogurt pitny owocowy z dodatkiem zbóż 1 szt. /m,gl/	<b>E: 2270 kcal</b> <b>B: 106,3 g</b> <b>T: 88,5 g</b> <b>w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 38,1 g</b>	<b>W: 308,4 g</b> <b>w tym cukry: 40,9 g</b> <b>Sól: 5,3 g</b> <b>Błonnik: 47,8 g</b>
<b>ŁATWOSTRAWNA</b>	Herbata 200 ml Chleb pszenny 100 g /gl/, Masło 10 g /m/, Szyńka biała 50 g /*/, Pomidor 1 szt.	Herbata 200 ml Zupa dyniowa 350 ml /s/, Ryż brązowy z sosem z cieciorki 350 g /s,gl,*/,	Herbata 200 ml Chleb pszenny 100 g /gl/, Masło 10 g /m/, Mozzarella 1 szt. /m/, Sałata 50 g	Nektaryna 1 szt.	Jogurt pitny owocowy z dodatkiem zbóż 1 szt. /m,gl/	<b>E: 2224 kcal</b> <b>B: 103,4 g</b> <b>T: 82,6 g</b> <b>w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 36,6 g</b>	<b>W: 312,8 g</b> <b>w tym cukry: 42,8 g</b> <b>Sól: 4,4 g</b> <b>Błonnik: 47,8 g</b>
<b>Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH</b>	Herbata 200 ml Chleb pszenny 100 g /gl/, Masło 10 g /m/, Kiełbasa żywiecka 50 g /*/, Pomidor 1 szt.	Herbata 200 ml Zupa dyniowa 350 ml /s/, Ryż brązowy z sosem z cieciorki 350 g /s,gl,*/,	Herbata 200 ml Chleb żytni 100 g /gl/, Masło 10 g /m/, Mozzarella 1 szt. /m/, Ogórek małosolny 1 szt.	Nektaryna 1 szt.	Serek homogenizowany 1 szt. /m/	<b>E: 2399 kcal</b> <b>B: 118,0 g</b> <b>T: 102,9 g</b> <b>w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 45,8 g</b>	<b>W: 297,1 g</b> <b>w tym cukry: 31,3 g</b> <b>Sól: 5,0 g</b> <b>Błonnik: 48,2 g</b>



*Smacznego*