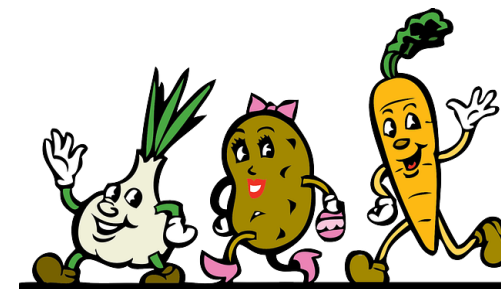


Jadłospis na 27-08-2024r.

Wtorek DZIECI

DIETA	Śniadanie	Obiad	Kolacja	Podwieczorek	Posiłek wieczorny	Wartość odżywcza	
PODSTAWOWA	Herbata 200 ml Chleb wieloziarnisty 100 g /g _{psz} ,g _{lyt} ,se,so/, Masło 15 g /m/, Szyńka z indyka 50 g /*/, Papryka ¼ szt.	Herbata 200 ml Zupa jarzynowa 350 ml /s,m/, Makaron pełnoziarnisty z cukinią i piersią z kurczaka /g _{psz} ,*/	Herbata 200 ml Chleb żytni 100 g /g _{lyt} /, Masło 15 g /m/, Pasta z jaj 70 g /j,m/, Ogórek małosolny 1 szt.	Brzoskwinia 1 szt.	Jogurt naturalny 1 szt. /m/	E: 2081 kcal B: 92,1 g T: 84,8 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 35,2 g	W: 266,7 g w tym cukry: 21,0 g Sól: 4,5 g Błonnik: 30,9 g
ŁATWOSTRAWNA	Herbata 200 ml Chleb wieloziarnisty 100 g /g _{psz} ,g _{lyt} ,se,so/, Masło 15 g /m/, Szyńka z indyka 50 g /*/, Pomidor 1 szt.	Herbata 200 ml Zupa jarzynowa 350 ml /s,m/, Makaron pełnoziarnisty z cukinią i piersią z kurczaka /g _{psz} ,*/	Herbata 200 ml Chleb wieloziarnisty 100 g /g _{psz} ,g _{lyt} ,se,so/, Masło 15 g /m/, Pasta z jaj 70 g /j,m/, Sałata 50 g	Brzoskwinia 1 szt.	Jogurt naturalny 1 szt. /m/	E: 2078 kcal B: 91,8 g T: 82,9 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 35,02 g	W: 271,0 g w tym cukry: 22,5 g Sól: 4,7g Błonnik: 31,7g
Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH	Herbata 200 ml Chleb żytni 100 g /g _{lyt} /, Masło 15 g /m/, Szyńka z indyka 50 g /*/, Papryka ¼ szt.	Herbata 200 ml Zupa jarzynowa 350 ml /s,m/, Makaron pełnoziarnisty z cukinią i piersią z kurczaka /g _{psz} ,*/	Herbata 200 ml Chleb żytni 100 g /g _{lyt} /, Masło 15 g /m/, Pasta z jaj 70 g /j,m/, Ogórek małosolny 1 szt.	Brzoskwinia 1 szt.	Jogurt naturalny 1 szt. /m/	E: 2088 kcal B: 93,3 g T: 86,7 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 35,5 g	W: 263,3 g w tym cukry: 19,6 g Sól: 4,3 g Błonnik: 31,3 g



Smacznego