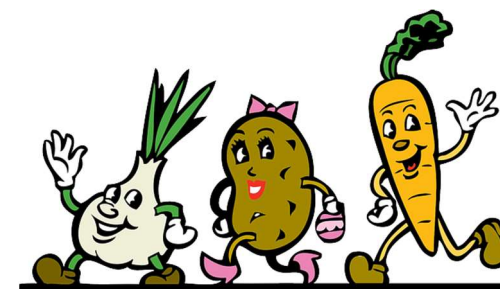


# Jadłospis na 22.09.2024r.

## Niedziela DZIECI

DIETA	Śniadanie	Obiad	Kolacja	Podwieczorek	Posiłek wieczorny	Wartość odżywcza	
<b>PODSTAWOWA</b>	Herbata 200 ml Chleb pszenny 100 g / g <sub>łpsz</sub> , g <sub>łzyt</sub> /, Masło 15 g /m /, Mozzarella 1 szt. /m /, Pomidor 1 szt.	Herbata 200 ml Zupa solferino z ziemniakami 350 ml /s,*/ , Bitka schabowa w sosie pieczeniowym 180 g /g <sub>łpsz</sub> , s,*/ , Kasza gryczana 160 g /*/ , Kalafior gotowany 120 g	Herbata 200 ml Chleb żytni 100 g / g <sub>łzyt</sub> , g <sub>łjęcz</sub> /, Masło 15 g /m /, Pasta warzywna 1 szt. /so, g <sub>łpsz</sub> /, Ogórek szklarniowy ¼ szt.	Jabłko 1 szt.	Serek homogenizowany 1 szt. /m /	<b>E: 2370 kcal</b> <b>B: 131,7 g</b> <b>T: 94,6 g</b> <b>w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 45,4 g</b>	<b>W: 281,9 g</b> <b>w tym cukry: 21,5 g</b> <b>Sól: 3,1 g</b> <b>Błonnik: 35,3g</b>
<b>ŁATWOSTRAWNA</b>	Herbata 200 ml Chleb pszenny 100 g / g <sub>łpsz</sub> , g <sub>łzyt</sub> /, Masło 15 g /m /, Mozzarella 1 szt. /m /, Pomidor 1 szt.	Herbata 200 ml Zupa solferino z ziemniakami 350 ml /s,*/ , Bitka schabowa w sosie pieczeniowym 180 g /g <sub>łpsz</sub> , s,*/ , Kasza gryczana 160 g /*/ , Kalafior gotowany 120 g	Herbata 200 ml Chleb pszenny 100 g / g <sub>łpsz</sub> , g <sub>łzyt</sub> /, Masło 15 g /m /, Pasta warzywna 1 szt. /so, g <sub>łpsz</sub> /, Sałata 50 g	Jabłko 1 szt.	Serek homogenizowany 1 szt. /m /	<b>E: 2397 kcal</b> <b>B: 133,2 g</b> <b>T: 94,4 g</b> <b>w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 45,3 g</b>	<b>W: 286,4 g</b> <b>w tym cukry: 20,4 g</b> <b>Sól: 3,1 g</b> <b>Błonnik: 34,4g</b>
<b>Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH</b>	Herbata 200 ml Chleb żytni 100 g / g <sub>łzyt</sub> , g <sub>łjęcz</sub> /, Masło 15 g /m /, Mozzarella 1 szt. /m /, Pomidor 1 szt.	Herbata 200 ml Zupa solferino z ziemniakami 350 ml /s,*/ , Bitka schabowa w sosie pieczeniowym 180 g /g <sub>łpsz</sub> , s,*/ , Kasza gryczana 160 g /*/ , Kalafior gotowany 120 g	Herbata 200 ml Chleb żytni 100 g / g <sub>łzyt</sub> , g <sub>łjęcz</sub> /, Masło 15 g /m /, Pasta warzywna 1 szt. /so, g <sub>łpsz</sub> /, Ogórek szklarniowy ¼ szt.	Jabłko 1 szt.	Serek homogenizowany 1 szt. /m /	<b>E: 2344 kcal</b> <b>B: 130,5 g</b> <b>T: 94,9 g</b> <b>w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 45,4 g</b>	<b>W: 277,4 g</b> <b>w tym cukry: 21,6 g</b> <b>Sól: 3,2 g</b> <b>Błonnik: 36,7 g</b>



*Smacznego*