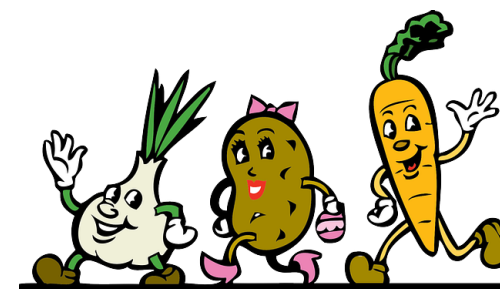


Jadłospis na 07.10.2024r.

Poniedziałek

DZIECI

DIETA	Śniadanie	Obiad	Kolacja	Podwieczorek	Posiłek wieczorny	Wartość odżywcza	
PODSTAWOWA	Herbata 200 ml Zupa mleczna z zacierką 350 ml /m, g ^{l_{psza}} /, Bułka pszenna 1 szt. /g ^{l_{psza}} m/ Masło 15 g /m/, Serek fromage 1 szt. /m/, Papryka ¼ szt.	Herbata 200 ml Zupa marokańska 350 ml /s,*/, Ryż z jabłkami 350 g	Herbata 200 ml Chleb razowy 100 g /g ^{l_{zyt}} , g ^{l_{psza}} /, Masło 15 g /m/, Kiełbasa żywiecka 50 g /so, g ^{l_{psza}} */, Ogórek szklarniowy ¼ szt.	Pomarańcza 1 szt.	Serek homogenizowany 1 szt. /m/	E: 2281 kcal B: 89,9 g T: 89,2 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 39,0 g	W: 314,1 g w tym cukry: 52,8 g Sól: 3,5 g Błonnik: 36,1 g
ŁATWOSTRAWNA	Herbata 200 ml Zupa mleczna z zacierką 350 ml /m, g ^{l_{psza}} /, Bułka pszenna 1 szt. /g ^{l_{psza}} m/ Masło 15 g /m/, Serek fromage 1 szt. /m/, Pomidor 1 szt.,	Herbata 200 ml Zupa marokańska 350 ml /s,*/, Ryż z jabłkami 350 g	Herbata 200 ml Chleb pszenny 100 g /g ^{l_{psza}} , g ^{l_{zyt}} /, Masło 15 g /m/, Szynka sopocka 50 g /so, g ^{l_{psza}} , g ^{l_{ows}} */, Sałata 50 g	Pomarańcza 1 szt.	Serek homogenizowany 1 szt. /m/	E: 2392 kcal B: 92,5 g T: 97,6 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 41,9 g	W: 320,6 g w tym cukry: 51,5 g Sól: 3,9 g Błonnik: 36,3 g
Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH	Herbata 200 ml Chleb razowy 100 g /g ^{l_{zyt}} , g ^{l_{psza}} /, Masło 15 g /m/, Serek fromage 1 szt. /m/, Papryka ¼ szt.,	Herbata 200 ml Zupa marokańska 350 ml /s,*/, Ryż z tofu i warzywami 350 g /so,*/	Herbata 200 ml Chleb razowy 100 g /g ^{l_{zyt}} , g ^{l_{psza}} /, Masło 15 g /m/, Kiełbasa żywiecka 50 g /so, g ^{l_{psza}} */, Ogórek szklarniowy ¼ szt.	Pomarańcza 1 szt.	Serek homogenizowany 1 szt. /m/	E: 2262 kcal B: 93,7 g T: 103,1 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 37,1 g	W: 282,4 g w tym cukry: 25,7 g Sól: 4,0 g Błonnik: 43,1 g



Smacznego