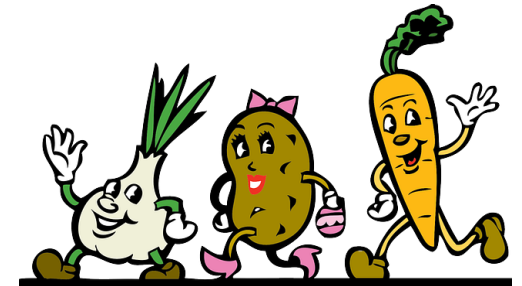


Jadłospis na 24.II.2024r.

Niedziela

DZIECI

DIETA	Śniadanie	Obiad	Kolacja	Podwieczorek	Posiłek wieczorny	Wartość odżywcza	
PODSTAWOWA	Herbata 200 ml, Chleb razowy 100 g / g _{ł_{zyt}} , g _{ł_{psz}} /, Masło 15 g /m/, Ser żółty 50 g /m/, Pomidor ½ szt.,	Herbata 200 ml Zupa pieczarkowa zabelana 350 ml /s, m,*/, Kasza pęczak 160 g /g _{ł_{ęcz}} / Schab w sosie pieczeniowym 180 g /s,*/, Surówka z buraków 120 g	Herbata 200 ml Chleb pszenny 100 g / g _{ł_{psz}} g _{ł_{zyt}} /, Masło 15 g /m/, Pasta z tuńczyka 1 szt. /r,j,go,*/ Ogórek zielony ¼ szt.	Jabłko 1 szt.	Serek homogenizowany 1 szt. /m/ smaki: waniliowy, truskawkowy, brzoskwinia	E: 2452 kcal B: 124,8 g T: 103,5 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 38,0 g	W: 290,5 g w tym cukry: 48,9 g Sól: 5,0 g Błonnik: 36,9 g
ŁATWOSTRAWNA	Herbata 200 ml, Chleb pszenny 100 g /g _{ł_{psz}} g _{ł_{zyt}} /, Masło 15 g /m/, Serek fromage 1 szt. /m/, Pomidor ½ szt.,	Herbata 200 ml Zupa pieczarkowa zabelana 350 ml /s, m,*/, Kasza pęczak 160 g /g _{ł_{ęcz}} / Schab w sosie pieczeniowym 180 g /s,*/, Surówka z buraków 120 g	Herbata 200 ml Chleb pszenny 100 g / g _{ł_{psz}} g _{ł_{zyt}} /, Masło 15 g /m/, Pasta z tuńczyka 1 szt. /r,j,go,*/ Sałata 50 g	Jabłko 1 szt.	Serek homogenizowany 1 szt. /m/ smaki: waniliowy, truskawkowy, brzoskwinia	E: 2385 kcal B: 123,7 g T: 93,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 31,9 g	W: 295,8 g w tym cukry: 49,7 g Sól: 3,9 g Błonnik: 35,0 g
Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH	Herbata 200 ml, Chleb razowy 100 g / g _{ł_{zyt}} , g _{ł_{psz}} /, Masło 15 g /m/, Serek fromage 1 szt. /m/, Pomidor ½ szt.,	Herbata 200 ml Zupa pieczarkowa zabelana 350 ml /s, m,*/, Kasza pęczak 160 g /g _{ł_{ęcz}} / Schab w sosie pieczeniowym 180 g /s,*/, Surówka z buraków 120 g	Herbata 200 ml Chleb razowy 100 g / g _{ł_{zyt}} , g _{ł_{psz}} /, Masło 15 g /m/, Pasta z tuńczyka 1 szt. /r,j,go,*/ Ogórek zielony ¼ szt.	Jabłko 1 szt.	Serek homogenizowany naturalny 1 szt. /m/	E: 2365 kcal B: 116,8 g T: 105,8 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 39,1 g	W: 273,4 g w tym cukry: 35,9 g Sól: 4,0 g Błonnik: 38,5 g



Smacznego