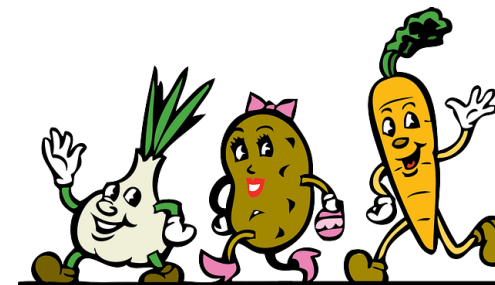


# Jadłospis na 06.12.2024r.

Piątek

DZIECI

DIETA	Śniadanie	Obiad	Kolacja	Podwieczorek	Posiłek wieczorny	Wartość odżywcza	
<b>PODSTAWOWA</b>	Herbata 200 ml Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350 ml /m/, Grahamka 1 szt. / g <sub>psz</sub> , g <sub>lyt</sub> , g <sub>jęcz</sub> /, Masło 15 g /m/, Jajko 1 szt. /j/ Dżem 1 szt. /*/ Pomidor ½ szt.	Herbata 200 ml Zupa z ciecierzycy z ziemniakami 350 ml /s, */, Naleśniki z serem 2 szt. /g <sub>psz</sub> , j, m/	Herbata 200 ml Chleb żytni 100 g / g <sub>lyt</sub> , g <sub>jęcz</sub> /, Masło 15 g /m/, Tuńczyk 70 g /r/, Ogórek kiszony 1 szt.	Jabłko 1 szt.	Serek homogenizowany 1 szt. /m/ smaki: waniliowy, truskawkowy, brzoskwinowy, szarlotka	<b>E: 2860 kcal</b> <b>B: 120,1 g</b> <b>T: 114,1 g</b> <b>w tym nasycone</b> <b>kwasy tłuszczowe:</b> <b>51,2 g</b>	<b>W: 366,4 g</b> <b>w tym cukry:</b> <b>99,7 g</b> <b>Sól: 4,9 g</b> <b>Błonnik: 30,4 g</b>
<b>ŁATWOSTRAWNA</b>	Herbata 200 ml Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350 ml /m/, Grahamka 1 szt. / g <sub>psz</sub> , g <sub>lyt</sub> , g <sub>jęcz</sub> /, Masło 15 g /m/, Jajko 1 szt. /j/ Dżem 1 szt. /*/ Pomidor ½ szt.	Herbata 200 ml Zupa z ciecierzycy z ziemniakami 350 ml /s, */, Naleśniki z serem 2 szt. /g <sub>psz</sub> , j, m/	Herbata 200 ml Chleb pszenny 100 g / g <sub>psz</sub> , g <sub>lyt</sub> /, Masło 15 g /m/, Tuńczyk 70 g /r/, Sałata 50 g	Jabłko 1 szt.	Serek homogenizowany 1 szt. /m/ smaki: waniliowy, truskawkowy, brzoskwinowy, szarlotka	<b>E: 2887 kcal</b> <b>B: 121,5 g</b> <b>T: 113,9 g</b> <b>w tym nasycone</b> <b>kwasy tłuszczowe:</b> <b>51,2 g</b>	<b>W: 371,4 g</b> <b>w tym cukry:</b> <b>98,6 g</b> <b>Sól: 4,0 g</b> <b>Błonnik: 29,4 g</b>
<b>Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH</b>	Herbata 200 ml, Chleb żytni 100 g / g <sub>lyt</sub> , g <sub>jęcz</sub> /, Masło 15 g /m/, Jajko 2 szt. /j/ Pomidor ½ szt.	Herbata 200 ml Zupa z ciecierzycy z ziemniakami 350 ml /s, */, Naleśniki z fetą i szpinakiem 2 szt. /g <sub>psz</sub> , j, m/	Herbata 200 ml Chleb żytni 100 g / g <sub>lyt</sub> , g <sub>jęcz</sub> /, Masło 15 g /m/, Tuńczyk 70 g /r/, Ogórek kiszony 1 szt.	Jabłko 1 szt.	Serek homogenizowany naturalny 1 szt. /m/	<b>E: 2706 kcal</b> <b>B: 91,8 g</b> <b>T: 124,9 g</b> <b>w tym nasycone</b> <b>kwasy tłuszczowe:</b> <b>46,3 g</b>	<b>W: 338,1 g</b> <b>w tym cukry:</b> <b>68,6 g</b> <b>Sól: 6,0 g</b> <b>Błonnik: 35,4 g</b>



*Smacznego*