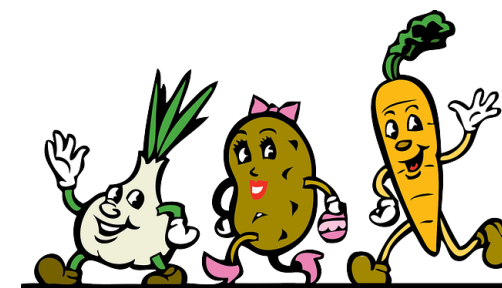


Jadłospis na 02.02.2025r.

Niedziela

DZIECI

DIETA	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek wieczorny	Wartość odżywcza	
<b>PODSTAWOWA</b>	Herbata 200 ml /*/, Chleb pszenny 3 kromki /g <sub>psz</sub> , g <sub>żyt</sub> /, Masło 15 g /m/, Polędwica drobiowa 50 g /*/, Ketchup 20 g /*/,	Herbata owocowa 200 ml Zupa dyniowa z ziemniakami zabelana 300 ml /s, m, *// Ryż brązowy 160 g /*/, Pierś w sosie jarzynowym 180 g /s, g <sub>psz</sub> */, Fasolka gotowana 120 g	Jabłko 1 szt.	Herbata 200 ml /*/, Chleb pszenny 3 kromki /g <sub>psz</sub> , g <sub>żyt</sub> /, Masło 15 g /m/, Serek wiejski 1 szt. /m/, Papryka ¼ szt.	Serek homogenizowany 1 szt. /m/ smaki: waniliowy, truskawkowy, jabłecznikowy	<b>E: 2131 kcal</b> <b>B: 110,7 g</b> <b>T: 70,2 g</b> <b>w tym nasycone</b> <b>kwasy tłuszczowe:</b> <b>28,1 g</b>	<b>W: 302,6 g</b> <b>w tym cukry:</b> <b>46,2 g</b> <b>Sól: 5,9 g</b> <b>Błonnik: 41,2 g</b>
<b>ŁATWOSTRAWNA</b>	Herbata 200 ml /*/, Chleb pszenny 3 kromki /g <sub>psz</sub> , g <sub>żyt</sub> /, Masło 15 g /m/, Polędwica drobiowa 50 g /*/, Ketchup 20 g /*/,	Herbata owocowa 200 ml Zupa dyniowa z ziemniakami zabelana 300 ml /s, m, *// Ryż brązowy 160 g /*/, Pierś w sosie jarzynowym 180 g /s, g <sub>psz</sub> */, Fasolka gotowana 120 g	Jabłko 1 szt.	Herbata 200 ml /*/, Chleb pszenny 3 kromki /g <sub>psz</sub> , g <sub>żyt</sub> /, Masło 15 g /m/, Serek wiejski 1 szt. /m/, Sałata 50 g	Serek homogenizowany 1 szt. /m/ smaki: waniliowy, truskawkowy, jabłecznikowy	<b>E: 2115 kcal</b> <b>B: 109,0 g</b> <b>T: 67,5 g</b> <b>w tym nasycone</b> <b>kwasy tłuszczowe:</b> <b>27,7 g</b>	<b>W: 302,9 g</b> <b>w tym cukry:</b> <b>44,8 g</b> <b>Sól: 6,1 g</b> <b>Błonnik: 37,9 g</b>
<b>Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH</b>	Herbata 200 ml /*/, Chleb żytni 3 kromki / g <sub>żyt</sub> , g <sub>jęcz</sub> /, Masło 15 g /m/, Polędwica drobiowa 50 g /*/, Ketchup 20 g /*/,	Herbata owocowa 200 ml Zupa dyniowa z ziemniakami zabelana 300 ml /s, m, *// Ryż brązowy 160 g /*/, Pierś w sosie jarzynowym 180 g /s, g <sub>psz</sub> */, Fasolka gotowana 120 g	Jabłko 1 szt.	Herbata 200 ml /*/, Chleb żytni 3 kromki / g <sub>żyt</sub> , g <sub>jęcz</sub> /, Masło 15 g /m/, Serek wiejski 1 szt. /m/, Papryka ¼ szt.	Serek homogenizowany naturalny 1 szt. /m/	<b>E: 2129 kcal</b> <b>B: 105,7 g</b> <b>T: 82,7 g</b> <b>w tym nasycone</b> <b>kwasy tłuszczowe:</b> <b>34,4 g</b>	<b>W: 281,6 g</b> <b>w tym cukry:</b> <b>31,2 g</b> <b>Sól: 5,8 g</b> <b>Błonnik: 43,2 g</b>



*Smacznego*