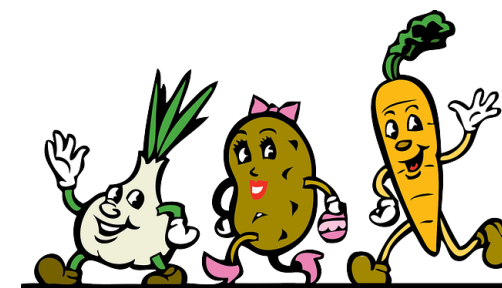


Jadłospis na 02.03.2025r.

Niedziela

DZIECI

DIETA	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek wieczorny	Wartość odżywcza	
<b>PODSTAWOWA</b>	Herbata 200 ml /*/, Chleb pszenny 3 kromki /gl <sub>psz</sub> , gl <sub>zyt</sub> /, Masło 15 g /m/, Półdzwica 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, gl <sub>psz</sub> */, Fasolka gotowana 120 g	Jabłko 1 szt.	Herbata 200 ml /*/, Chleb pszenny 3 kromki /gl <sub>psz</sub> , gl <sub>zyt</sub> /, Masło 15 g /m/, Serek wiejski 1 szt. /m/, Papryka ¼ szt.	Serek homogenizowany 1 szt. /m/ smaki: waniliowy, truskawkowy, jabłecznikowy	<b>E: 2070 kcal</b> <b>B: 108,6 g</b> <b>T: 69,9 g</b> <b>w tym nasycone</b> <b>kwasy tłuszczowe:</b> <b>28,0 g</b>	<b>W: 287,9 g</b> <b>w tym cukry:</b> <b>44,5 g</b> <b>Sól: 5,6 g</b> <b>Błonnik: 38,7 g</b>
<b>ŁATWOSTRAWNA</b>	Herbata 200 ml /*/, Chleb pszenny 3 kromki /gl <sub>psz</sub> , gl <sub>zyt</sub> /, Masło 15 g /m/, Półdzwica 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, gl <sub>psz</sub> */, Fasolka gotowana 120 g	Jabłko 1 szt.	Herbata 200 ml /*/, Chleb pszenny 3 kromki /gl <sub>psz</sub> , gl <sub>zyt</sub> /, Masło 15 g /m/, Serek wiejski 1 szt. /m/, Mix sałat 10 g	Serek homogenizowany 1 szt. /m/ smaki: waniliowy, truskawkowy, jabłecznikowy	<b>E: 2054 kcal</b> <b>B: 106,9 g</b> <b>T: 67,2 g</b> <b>w tym nasycone</b> <b>kwasy tłuszczowe:</b> <b>27,7 g</b>	<b>W: 288,2 g</b> <b>w tym cukry:</b> <b>43,2 g</b> <b>Sól: 5,8 g</b> <b>Błonnik: 35,4 g</b>
<b>Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH</b>	Herbata 200 ml /*/, Chleb żytni 3 kromki / gl <sub>zyt</sub> , gl <sub>jęcz</sub> /, Masło 15 g /m/, Półdzwica 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, gl <sub>psz</sub> */, Fasolka gotowana 120 g	Jabłko 1 szt.	Herbata 200 ml /*/, Chleb żytni 3 kromki / gl <sub>zyt</sub> , gl <sub>jęcz</sub> /, Masło 15 g /m/, Serek wiejski 1 szt. /m/, Papryka ¼ szt.	Serek homogenizowany naturalny 1 szt. /m/	<b>E: 2053 kcal</b> <b>B: 101,8 g</b> <b>T: 81,8 g</b> <b>w tym nasycone</b> <b>kwasy tłuszczowe:</b> <b>34,3 g</b>	<b>W: 266,9 g</b> <b>w tym cukry:</b> <b>29,5 g</b> <b>Sól: 5,5 g</b> <b>Błonnik: 40,7 g</b>



*Smacznego*