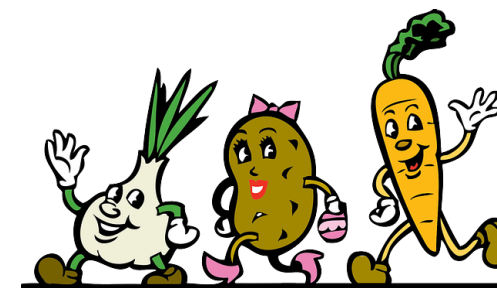


# Jadłospis na 06.02.2025r.

## Czwartek

### DZIECI

DIETA	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek wieczorny	Wartość odżywcza	
<b>PODSTAWOWA</b>	Kakao 200 ml /m, */, Bułka słodka 1 szt. /gl <sub>pszc</sub> , m, j, gl <sub>jęcz</sub> */, Grahamka 1 szt. /gl <sub>pszc</sub> , gl <sub>żyty</sub> , gl <sub>jęcz</sub> /, Masło 15 g /m/, Serek wiejski 1 szt. /m/, Papryka ¼ szt.	Herbata owocowa 200 ml Rosół z makaronem nitki 300 ml /s, gl <sub>pszc</sub> , j, */, Ziemniaki tłuczone 180 g /m/, Udko pieczone 1 szt. /*/, Marchew z groszkiem 120 g /gl <sub>pszc</sub> , m,*/	Jabłko 1 szt.	Herbata 200 ml /*/, Chleb żytni 3 kromki / gl <sub>żyty</sub> , gl <sub>jęcz</sub> /, Masło 15 g /m/, Polędwica sopocka 50 g /so, gl <sub>pszc</sub> , gl <sub>łows</sub> */, Ogórek zielony ¼ szt.	Serek homogenizowany 1 szt. /m/ smaki: waniliowy, truskawkowy, brzoskwinowy, szarlotka	<b>E: 2619 kcal</b> <b>B: 137,7 g</b> <b>T: 110,2 g</b> <b>w tym nasycone</b> <b>kwasy tłuszczowe:</b> <b>47,9 g</b>	<b>W: 301,5 g</b> <b>w tym cukry:</b> <b>72,1 g</b> <b>Sól: 5,8 g</b> <b>Błonnik: 33,9 g</b>
<b>ŁATWOSTRAWNA</b>	Kakao 200 ml /m, */, Bułka słodka 1 szt. /gl <sub>pszc</sub> , m, j, gl <sub>jęcz</sub> */ Grahamka 1 szt. /gl <sub>pszc</sub> , gl <sub>żyty</sub> , gl <sub>jęcz</sub> /, Masło 15 g /m/, Serek wiejski 1 szt. /m/, Pomidor ½ szt.	Herbata owocowa 200 ml Rosół z makaronem nitki 300 ml /s, gl <sub>pszc</sub> , j, */, Ziemniaki tłuczone 180 g /m/, Udko pieczone 1 szt. /*/, Marchew z groszkiem 120 g /gl <sub>pszc</sub> , m,*/	Jabłko 1 szt.	Herbata 200 ml /*/, Chleb pszenny 3 kromki /gl <sub>pszc</sub> , gl <sub>żyty</sub> /, Masło 15 g /m/, Polędwica sopocka 50 g /so, gl <sub>pszc</sub> , gl <sub>łows</sub> */, Sałata 50 g	Serek homogenizowany 1 szt. /m/ smaki: waniliowy, truskawkowy, brzoskwinowy, szarlotka	<b>E: 2626 kcal</b> <b>B: 137,5 g</b> <b>T: 107,9 g</b> <b>w tym nasycone</b> <b>kwasy tłuszczowe:</b> <b>47,6 g</b>	<b>W: 307,6g</b> <b>w tym cukry:</b> <b>70,9 g</b> <b>Sól: 5,9 g</b> <b>Błonnik: 32,7 g</b>
<b>Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH</b>	Herbata 200 ml /*/, Chleb razowy 3 kromki / gl <sub>żyty</sub> , gl <sub>pszc</sub> /, Masło 15 g /m/, Serek wiejski 1 szt. /m/, Papryka ¼ szt.	Herbata owocowa 200 ml Rosół z makaronem nitki 300 ml /s, gl <sub>pszc</sub> , j, */, Ziemniaki tłuczone 180 g /m/, Udko pieczone 1 szt. /*/, Surówka z marchewki 120 g /*/	Jabłko 1 szt.	Herbata 200 ml /*/, Chleb żytni 3 kromki / gl <sub>żyty</sub> , gl <sub>jęcz</sub> /, Masło 15 g /m/, Polędwica sopocka 50 g /so, gl <sub>pszc</sub> , gl <sub>łows</sub> */, Ogórek zielony ¼ szt.	Serek homogenizowany naturalny 1 szt. /m/	<b>E: 2417 kcal</b> <b>B: 120 g</b> <b>T: 117,3 g</b> <b>w tym nasycone</b> <b>kwasy tłuszczowe:</b> <b>48,9 g</b>	<b>W: 255,0 g</b> <b>w tym cukry:</b> <b>33,7 g</b> <b>Sól: 5,7 g</b> <b>Błonnik: 34,9 g</b>



*Smacznego*