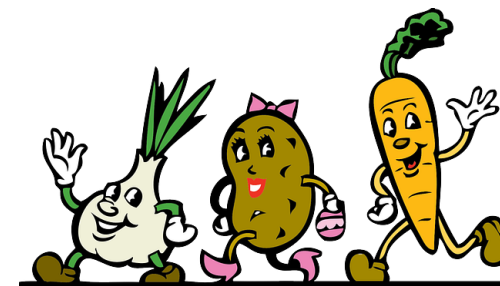


Jadłospis na 18.02.2025r.

Wtorek

DZIECI

DIETA	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek wieczorny	Wartość odżywcza	
PODSTAWOWA	Herbata 200 ml /*/, Grahamka 1 szt. /gl _{pszz} gl _{zyt} , gl _{jęcz} /, Masło 15 g /m/, Ser żółty 3 plastry /m/, Bułka słodka 1 szt. /gl _{pszz} m, j, gl _{jęcz} */	Herbata owocowa 200 ml Zupa brokułowa z zacierką zabelana 300 ml /s, gl _{pszz} m, */, Ziemniaki tłuczone 180 g /m/, Bitka schabowa w sosie pieczeniowym 180 g /s, gl _{pszz} */, Sałatka z buraczków 120 g	Pomarańcza 1 szt.	Herbata 200 ml /*/, Chleb żytni 3 kromki / gl _{zyt} , gl _{jęcz} /, Masło 15 g /m/, Sałatka makaronowa /go, j, gl _{pszz} */,	Kasza manna z owocami 1 szt. /m, gl _{pszz} / smaki: truskawkowy, jagodowy, brzoskwinowy, wiśniowy	E: 2674 kcal B: 108,4 g T: 118,4 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 44,6 g	W: 326,4 g w tym cukry: 65,6 g Sól: 5,6 g Błonnik: 35,0 g
ŁATWOSTRAWNA	Herbata 200 ml /*/, Grahamka 1 szt. /gl _{pszz} gl _{zyt} , gl _{jęcz} /, Masło 15 g /m/, Serek wiejski 1 szt. /m/, Bułka słodka 1 szt. /gl _{pszz} m, j, gl _{jęcz} */	Herbata owocowa 200 ml Zupa brokułowa z zacierką zabelana 300 ml /s, gl _{pszz} m, */, Ziemniaki tłuczone 180 g /m/, Bitka schabowa w sosie pieczeniowym 180 g /s, gl _{pszz} */, Sałatka z buraczków 120 g	Pomarańcza 1 szt.	Herbata 200 ml /*/, Chleb pszenny 3 kromki /gl _{pszz} gl _{zyt} /, Masło 15 g /m/, Sałatka makaronowa /go, j, gl _{pszz} */,	Kasza manna z owocami 1 szt. /m, gl _{pszz} / smaki: truskawkowy, jagodowy, brzoskwinowy, wiśniowy	E: 2671 kcal B: 111,8 g T: 111,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 41,3 g	W: 336,6 g w tym cukry: 69,8 g Sól: 6,1 g Błonnik: 32,9 g
Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYWAJALNYCH	Herbata 200 ml /*/, Chleb żytni 3 kromki / gl _{zyt} , gl _{jęcz} /, Masło 15 g /m/, Serek wiejski 1 szt. /m/, Pomidorki koktajlowe 3 szt. Ciastka bez cukru 40 g /gl _{pszz} m, j, */	Herbata owocowa 200 ml Zupa brokułowa z zacierką zabelana 300 ml /s, gl _{pszz} m, */, Ziemniaki tłuczone 180 g /m/, Bitka schabowa w sosie pieczeniowym 180 g /s, gl _{pszz} */, Sałatka z buraczków 120 g	Pomarańcza 1 szt.	Herbata 200 ml /*/, Chleb żytni 3 kromki / gl _{zyt} , gl _{jęcz} /, Masło 15 g /m/, Sałatka makaronowa /go, j, gl _{pszz} */,	Serek homogenizowany naturalny 1 szt. /m/	E: 2372 kcal B: 104,1 g T: 102,1 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 35,6 g	W: 295,9 g w tym cukry: 42,4 g Sól: 5,8 g Błonnik: 38,5 g



Smacznego