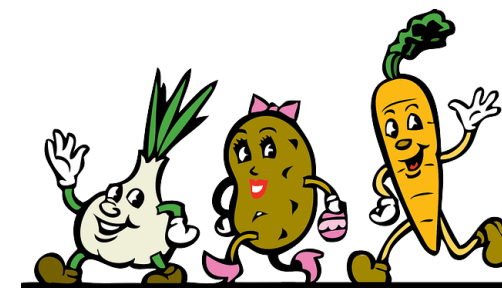


# Jadłospis na 20.02.2025r.

## Czwartek

### DZIECI

DIETA	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek wieczorny	Wartość odżywcza	
<b>PODSTAWOWA</b>	Kakao 200 ml /m, */, Bułka słodka 1 szt. /g <sub>pszz</sub> , m, j, g <sub>jęcz*</sub> */, Grahamka 1 szt. /g <sub>pszz</sub> , g <sub>żyt</sub> , g <sub>jęcz</sub> /, Masło 15 g /m/, Serek wiejski 1 szt. /m/,	Herbata owocowa 200 ml Rosół z makaronem nitki 300 ml /s, g <sub>pszz</sub> , j, */, Ziemniaki tłuczone 180 g /m/, Udko pieczone 1 szt. /*/, Marchew z groszkiem 120 g /g <sub>pszz</sub> , m,*/	Jabłko 1 szt.	Herbata 200 ml /*/, Chleb żytni 3 kromki / g <sub>żyt</sub> , g <sub>jęcz</sub> /, Masło 15 g /m/, Polędwica drobiowa 50 g /*/, Ogórek zielony ¼ szt.	Serek homogenizowany 1 szt. /m/ smaki: waniliowy, truskawkowy, brzoskwinowy, szarlotka	<b>E: 2634 kcal</b> <b>B: 137,4 g</b> <b>T: 110,5 g</b> <b>w tym nasycone</b> <b>kwasy tłuszczowe:</b> <b>48,0 g</b>	<b>W: 303,3 g</b> <b>w tym cukry:</b> <b>71,9 g</b> <b>Sól: 6,8 g</b> <b>Błonnik: 32,2 g</b>
<b>ŁATWOSTRAWNA</b>	Kakao 200 ml /m, */, Bułka słodka 1 szt. /g <sub>pszz</sub> , m, j, g <sub>jęcz*</sub> */ Grahamka 1 szt. /g <sub>pszz</sub> , g <sub>żyt</sub> , g <sub>jęcz</sub> /, Masło 15 g /m/, Serek wiejski 1 szt. /m/,	Herbata owocowa 200 ml Rosół z makaronem nitki 300 ml /s, g <sub>pszz</sub> , j, */, Ziemniaki tłuczone 180 g /m/, Udko pieczone 1 szt. /*/, Marchew z groszkiem 120 g /g <sub>pszz</sub> , m,*/	Jabłko 1 szt.	Herbata 200 ml /*/, Chleb pszenny 3 kromki /g <sub>pszz</sub> , g <sub>żyt</sub> /, Masło 15 g /m/, Polędwica drobiowa 50 g /*/, Pomidorki koktajlowe 3 szt.	Serek homogenizowany 1 szt. /m/ smaki: waniliowy, truskawkowy, brzoskwinowy, szarlotka	<b>E: 2642 kcal</b> <b>B: 136,5 g</b> <b>T: 108,3 g</b> <b>w tym nasycone</b> <b>kwasy tłuszczowe:</b> <b>47,8 g</b>	<b>W: 309,5 g</b> <b>w tym cukry:</b> <b>70,6 g</b> <b>Sól: 6,9 g</b> <b>Błonnik: 30,6 g</b>
<b>Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH</b>	Herbata 200 ml /*/, Chleb razowy 3 kromki / g <sub>żyt</sub> , g <sub>pszz</sub> /, Masło 15 g /m/, Serek wiejski 1 szt. /m/, Pomidorki koktajlowe 3 szt. Orzechy 30 g /o/	Herbata owocowa 200 ml Rosół z makaronem nitki 300 ml /s, g <sub>pszz</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 / g <sub>żyt</sub> , g <sub>jęcz</sub> /, Masło 15 g /m/, Polędwica drobiowa 50 g /*/, Ogórek zielony ¼ szt.	Serek homogenizowany naturalny 1 szt. /m/	<b>E: 2472 kcal</b> <b>B: 123,5 g</b> <b>T: 126,5 g</b> <b>w tym nasycone</b> <b>kwasy tłuszczowe:</b> <b>46,6 g</b>	<b>W: 246,8 g</b> <b>w tym cukry:</b> <b>28,0 g</b> <b>Sól: 7,8 g</b> <b>Błonnik: 36,7 g</b>



*Smacznego*