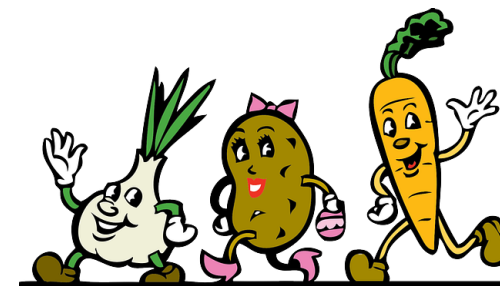


Jadłospis na 25.02.2025r.

Wtorek

DZIECI

DIETA	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek wieczorny	Wartość odżywcza	
<b>PODSTAWOWA</b>	Kawa zbożowa 200 ml /g <sub>ł</sub> z <sub>yt</sub> , g <sub>ł</sub> j <sub>ęc</sub> z, m/, Grahamka 1 szt. /g <sub>ł</sub> p <sub>sz</sub> , g <sub>ł</sub> z <sub>yt</sub> , g <sub>ł</sub> j <sub>ęc</sub> z /, Masło 15 g /m/, Ser żółty 3 plastry /m/, Bułka słodka 1 szt. /g <sub>ł</sub> p <sub>sz</sub> , m, j, g <sub>ł</sub> j <sub>ęc</sub> z, * /	Herbata owocowa 200 ml Zupa brokułowa z zacierką zabieleną 300 ml /s, g <sub>ł</sub> p <sub>sz</sub> , m, * /, Ziemniaki tłuczone 180 g /m/, Bitka schabowa w sosie pieczeniowym 180 g /s, g <sub>ł</sub> p <sub>sz</sub> , * /, Sałatka z buraczków 120 g	Pomarańcza 1 szt.	Herbata 200 ml /* /, Chleb żytni 3 kromki / g <sub>ł</sub> z <sub>yt</sub> , g <sub>ł</sub> j <sub>ęc</sub> z /, Masło 15 g /m/, Sałatka z kurczakiem i brzoskwinią 200 g /g <sub>ł</sub> p <sub>sz</sub> , go, j, * /,	Kasza manna z owocami 1 szt. /m, g <sub>ł</sub> p <sub>sz</sub> / smaki: truskawkowy, jagodowy, brzoskwinowy, wiśniowy	<b>E: 2674 kcal</b> <b>B: 108,4 g</b> <b>T: 118,4 g</b> <b>w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 44,6 g</b>	<b>W: 326,4 g</b> <b>w tym cukry: 65,6 g</b> <b>Sól: 5,6 g</b> <b>Błonnik: 35,0 g</b>
<b>ŁATWOSTRAWNA</b>	Kawa zbożowa 200 ml /g <sub>ł</sub> z <sub>yt</sub> , g <sub>ł</sub> j <sub>ęc</sub> z, m/, Grahamka 1 szt. /g <sub>ł</sub> p <sub>sz</sub> , g <sub>ł</sub> z <sub>yt</sub> , g <sub>ł</sub> j <sub>ęc</sub> z /, Masło 15 g /m/, Serek wiejski 1 szt. /m/, Bułka słodka 1 szt. /g <sub>ł</sub> p <sub>sz</sub> , m, j, g <sub>ł</sub> j <sub>ęc</sub> z, * /	Herbata owocowa 200 ml Zupa brokułowa z zacierką zabieleną 300 ml /s, g <sub>ł</sub> p <sub>sz</sub> , m, * /, Ziemniaki tłuczone 180 g /m/, Bitka schabowa w sosie pieczeniowym 180 g /s, g <sub>ł</sub> p <sub>sz</sub> , * /, Sałatka z buraczków 120 g	Pomarańcza 1 szt.	Herbata 200 ml /* /, Chleb pszenny 3 kromki /g <sub>ł</sub> p <sub>sz</sub> , g <sub>ł</sub> z <sub>yt</sub> /, Masło 15 g /m/, Sałatka z kurczakiem i brzoskwinią 200 g /g <sub>ł</sub> p <sub>sz</sub> , go, j, * /,	Kasza manna z owocami 1 szt. /m, g <sub>ł</sub> p <sub>sz</sub> / smaki: truskawkowy, jagodowy, brzoskwinowy, wiśniowy	<b>E: 2671 kcal</b> <b>B: 111,8 g</b> <b>T: 111,0 g</b> <b>w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 41,3 g</b>	<b>W: 336,6 g</b> <b>w tym cukry: 69,8 g</b> <b>Sól: 6,1 g</b> <b>Błonnik: 32,9 g</b>
<b>Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH</b>	Herbata 200 ml /* /, Chleb żytni 3 kromki / g <sub>ł</sub> z <sub>yt</sub> , g <sub>ł</sub> j <sub>ęc</sub> z /, Masło 15 g /m/, Serek wiejski 1 szt. /m/, Pomidorki koktajlowe 3 szt. Ciastka bez cukru 40 g /g <sub>ł</sub> p <sub>sz</sub> , m, j, * /	Herbata owocowa 200 ml Zupa brokułowa z zacierką zabieleną 300 ml /s, g <sub>ł</sub> p <sub>sz</sub> , m, * /, Ziemniaki tłuczone 180 g /m/, Bitka schabowa w sosie pieczeniowym 180 g /s, g <sub>ł</sub> p <sub>sz</sub> , * /, Sałatka z buraczków 120 g	Pomarańcza 1 szt.	Herbata 200 ml /* /, Chleb żytni 3 kromki / g <sub>ł</sub> z <sub>yt</sub> , g <sub>ł</sub> j <sub>ęc</sub> z /, Masło 15 g /m/, Sałatka z kurczakiem i brzoskwinią 200 g /g <sub>ł</sub> p <sub>sz</sub> , go, j, * /,	Kefir 1 szt. /m/	<b>E: 2372 kcal</b> <b>B: 104,1 g</b> <b>T: 102,1 g</b> <b>w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 35,6 g</b>	<b>W: 295,9 g</b> <b>w tym cukry: 42,4 g</b> <b>Sól: 5,8 g</b> <b>Błonnik: 38,5 g</b>



*Smacznego*