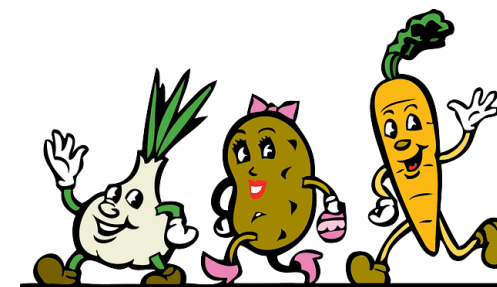


# Jadłospis na 28.02.2025r.

Piątek

DZIECI

DIETA	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek wieczorny	Wartość odżywcza	
<b>PODSTAWOWA</b>	Herbata 200 ml /*/, Zupa mleczna z zacierką 250 ml /m, gl <sub>psz</sub> */, Grahamka 1 szt. / gl <sub>psz</sub> , gl <sub>zyt</sub> , gl <sub>jęcz</sub> /, Masło 15 g /m/, Skyr 1 szt. /m/, Papryka ¼ szt.	Herbata owocowa 200 ml Barszcz czerwony z ziemniakami zabieleny 300 ml /s, m, */, Ziemniaki tłuczone 180 g /m/, Morszczuk smażony 1 szt. /r, gl <sub>psz</sub> , j, */, Śurówka z marchewki 120 g	Banan 1 szt.	Herbata 200 ml /*/ Chleb wieloziarnisty 3 kromki / gl <sub>psz</sub> , gl <sub>zyt</sub> , gl <sub>łows</sub> , se, so, */, Masło 15 g /m/, Pasta z łososia 1 szt. /r, go, j, s, */,	Kasza manna z owocami 1 szt. /m, gl <sub>psz</sub> / smaki: truskawkowy, jagodowy, brzoskwiniowy, wiśniowy	<b>E: 2328 kcal</b> <b>B: 76,0 g</b> <b>T: 102,6 g</b> <b>w tym nasycone</b> <b>kwasny tłuszczowe:</b> <b>35,2 g</b>	<b>W: 305,6 g</b> <b>w tym cukry:</b> <b>63,7 g</b> <b>Sól: 3,6 g</b> <b>Błonnik: 31,5 g</b>
<b>ŁATWOSTRAWNA</b>	Herbata 200 ml /*/, Zupa mleczna z zacierką 250 ml /m, gl <sub>psz</sub> */, Grahamka 1 szt. / gl <sub>psz</sub> , gl <sub>zyt</sub> , gl <sub>jęcz</sub> /, Masło 15 g /m/, Skyr 1 szt. /m/, Roszponka 10 g	Herbata owocowa 200 ml Barszcz czerwony z ziemniakami zabieleny 300 ml /s, m, */, Ziemniaki tłuczone 180 g /m/, Morszczuk pieczony 1 szt. /r, s, */, Śurówka z marchewki 120 g	Banan 1 szt.	Herbata 200 ml /*/ Chleb wieloziarnisty 3 kromki / gl <sub>psz</sub> , gl <sub>zyt</sub> , gl <sub>łows</sub> , se, so, */, Masło 15 g /m/, Pasta z łososia 1 szt. /r, go, j, s, */,	Kasza manna z owocami 1 szt. /m, gl <sub>psz</sub> / smaki: truskawkowy, jagodowy, brzoskwiniowy, wiśniowy	<b>E: 2237 kcal</b> <b>B: 81,6 g</b> <b>T: 97,3 g</b> <b>w tym nasycone</b> <b>kwasny tłuszczowe:</b> <b>34,8 g</b>	<b>W: 287,7 g</b> <b>w tym cukry:</b> <b>65,3g</b> <b>Sól: 3,6 g</b> <b>Błonnik: 30,2 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/, Skyr 1 szt. /m/, Papryka ¼ szt.	Herbata owocowa 200 ml Barszcz czerwony z ziemniakami zabieleny 300 ml /s, m, */, Ziemniaki tłuczone 180 g /m/, Morszczuk pieczony 1 szt. /r, s, */, Śurówka z marchewki 120 g	Mandarynki 2 szt.	Herbata 200 ml /*/ Chleb żytni 3 kromki / gl <sub>zyt</sub> , gl <sub>jęcz</sub> /, Masło 15 g /m/, Pasta z łososia 1 szt. /r, go, j, s, */,	Serek homogenizowany 1 szt. /m/	<b>E: 2252 kcal</b> <b>B: 91,6 g</b> <b>T: 113,7g</b> <b>w tym nasycone</b> <b>kwasny tłuszczowe:</b> <b>39,4 g</b>	<b>W: 253,1 g</b> <b>w tym cukry:</b> <b>45,1 g</b> <b>Sól: 3,6 g</b> <b>Błonnik: 37,3 g</b>



*Smacznego*