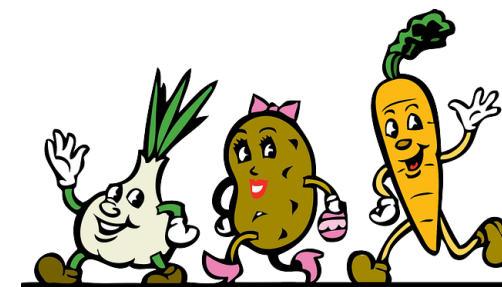


Jadłospis na 26.04.2025r.

Sobota

DZIECI

DIETA	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek wieczorny	Wartość odżywcza	
PODSTAWOWA	Herbata 200 ml /*/, Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 ml /m, gl _{ows} /, Bułka pszenna 1 szt. / gl _{psz} , m/, Masło 15 g /m/, Serek homogenizowany 1 szt. /m/, Dżem 1 szt. /*/	Herbata owocowa 200 ml Zupa jarzynowa 300 ml /s, */, Makaron pełnoziarnisty 160 g /gl _{psz} / z sosem mięsno-jarzynowym 200 g /s,*/	Pomarańcza 1 szt.	Herbata 200 ml /*/ Chleb razowy 3 kromki / gl _{zyt} , gl _{psz} /, Masło 15 g /m/, Polędwica sopocka 50 g /so, gl _{psz} , gl _{ows} , */, Jajko 1 szt. /j/, Ogórek kiszony 1 szt.	Jogurt owocowy 1 szt. /m/ smaki: truskawkowy, owoce leśne, brzoskwinia-marakuja	E: 2241 kcal B: 85,7 g T: 101,5 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 43,1 g	W: 273,6 g w tym cukry: 63,9 g Sól: 4,6 g Błonnik: 28,0 g
ŁATWOSTRAWNA	Herbata 200 ml /*/, Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 ml /m, gl _{ows} /, Bułka pszenna 1 szt. / gl _{psz} , m/, Masło 15 g /m/, Serek homogenizowany 1 szt. /m/, Dżem 1 szt. /*/	Herbata owocowa 200 ml Zupa jarzynowa 300 ml /s, */, Makaron pełnoziarnisty 160 g /gl _{psz} / z sosem mięsno-jarzynowym 200 g /s,*/	Pomarańcza 1 szt.	Herbata 200 ml /*/, Chleb pszenny 3 kromki /gl _{psz} , gl _{zyt} /, Masło 15 g /m/, Polędwica sopocka 50 g /so, gl _{psz} , gl _{ows} , */, Jajko 1 szt. /j/, Pomidor ½ szt.	Jogurt owocowy 1 szt. /m/ smaki: truskawkowy, owoce leśne, brzoskwinia-marakuja	E: 2475 kcal B: 92,2 g T: 107,7 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 43,8 g	W: 313,9 g w tym cukry: 63,7 g Sól: 4,0 g Błonnik: 31,8 g
Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH	Herbata 200 ml /*/, Chleb razowy 3 kromki / gl _{zyt} , gl _{psz} /, Masło 15 g /m/, Serek homogenizowany 1 szt. /m/, Pomidor 1 szt.	Herbata owocowa 200 ml Zupa jarzynowa 300 ml /s, */, Makaron pełnoziarnisty 160 g /gl _{psz} / z sosem mięsno-jarzynowym 200 g /s,*/	Pomarańcza 1 szt.	Herbata 200 ml /*/ Chleb razowy 3 kromki / gl _{zyt} , gl _{psz} /, Masło 15 g /m/, Polędwica sopocka 50 g /so, gl _{psz} , gl _{ows} , */, Jajko 1 szt. /j/, Ogórek kiszony 1 szt.	Jogurt naturalny 1 szt. /m/	E: 2456 kcal B: 92,0 g T: 105,9 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 42,7 g	W: 313,5 g w tym cukry: 37,2 g Sól: 4,0 g Błonnik: 31,8 g



Smacznego