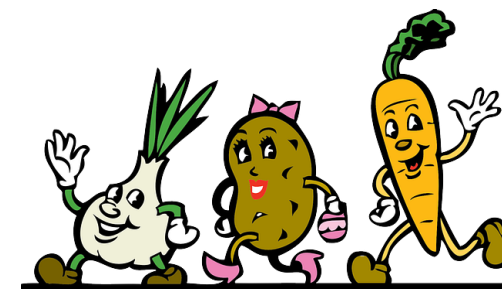


Jadłospis na 29.07.2025r.

Wtorek

DZIECI

DIETA	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek wieczorny	Wartość odżywcza	
PODSTAWOWA	Herbata 200 ml /*/, Grahamka 1 szt. /gl _{psz} , gl _{zyt} , gl _{jęcz} /, Masło 15 g /m/, Serek wiejski 1 szt. /m/, Bułka słodka 1 szt. /gl _{psz} , m, j, gl _{jęcz} , * /, Pomidor ½ szt.	Herbata owocowa 200 ml Zupa brokułowa z zacierką zabieleną 300 ml /s, gl _{psz} , m, */, Ziemniaki tłuczone 180 g /m/, Bitka schabowa w sosie pieczeniowym 180 g /s, gl _{psz} , */, Sałatka z buraczków 120 g	Brzoskwinia 1 szt.	Herbata 200 ml /*/, Chleb słonecznikowy 3 kromki /so, gl _{ows} , gl _{zyt} , gl _{psz} , gl _{jęcz} /, Masło 15 g /m/, Sałatka z szynką i brzoskwinią 200 g /gl _{psz} , go, j, */,	Serek homogenizowany 1 szt. /m/ smaki: waniliowy, truskawkowy, brzoskwinowy, szarlotka	E: 2706 kcal B: 133,0 g T: 111,7 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 40,6 g	W: 325,9 g w tym cukry: 85,8 g Sól: 6,2 g Błonnik: 35,9 g
ŁATWOSTRAWNA	Herbata 200 ml /*/, Grahamka 1 szt. /gl _{psz} , gl _{zyt} , gl _{jęcz} /, Masło 15 g /m/, Serek wiejski 1 szt. /m/, Bułka słodka 1 szt. /gl _{psz} , m, j, gl _{jęcz} , * /, Pomidor ½ szt.	Herbata owocowa 200 ml Zupa brokułowa z zacierką zabieleną 300 ml /s, gl _{psz} , m, */, Ziemniaki tłuczone 180 g /m/, Bitka schabowa w sosie pieczeniowym 180 g /s, gl _{psz} , */, Sałatka z buraczków 120 g	Brzoskwinia 1 szt.	Herbata 200 ml /*/, Chleb pszenny 3 kromki /gl _{psz} , gl _{zyt} /, Masło 15 g /m/, Sałatka z szynką i brzoskwinią 200 g /gl _{psz} , go, j, */,,	Serek homogenizowany 1 szt. /m/ smaki: waniliowy, truskawkowy, brzoskwinowy, szarlotka	E: 2710 kcal B: 131,9 g T: 109,3 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 40,3 g	W: 331,2 g w tym cukry: 85,2 g Sól: 6,3 g Błonnik: 33,8 g
Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH	Herbata 200 ml /*/, Chleb żytni 3 kromki / gl _{zyt} , gl _{jęcz} /, Masło 15 g /m/, Serek wiejski 1 szt. /m/, Pomidor ½ szt. Truskawki 125 g	Herbata owocowa 200 ml Zupa brokułowa z zacierką zabieleną 300 ml /s, gl _{psz} , m, */, Ziemniaki tłuczone 180 g /m/, Bitka schabowa w sosie pieczeniowym 180 g /s, gl _{psz} , */, Sałatka z buraczków 120 g	Brzoskwinia 1 szt.	Herbata 200 ml /*/, Chleb słonecznikowy 3 kromki /so, gl _{ows} , gl _{zyt} , gl _{psz} , gl _{jęcz} /, Masło 15 g /m/, Poledwica drobiowa 50 g /*/, Kalarepa ¼ szt.	Serek homogenizowany naturalny 1 szt. /m/	E: 2262 kcal B: 119,1 g T: 100,7 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 43,5 g	W: 251,2 g w tym cukry: 40,7 g Sól: 6,0 g Błonnik: 35,6 g



Smacznego