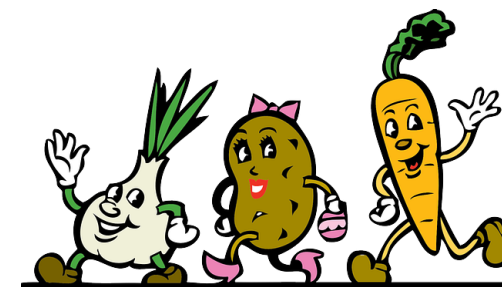


Jadłospis na 19.08.2025r.

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 2 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, brzoskwiński, szarlotka	E: 2633 kcal B: 130,6 g T: 110,6 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 40,5 g	W: 310,7 g w tym cukry: 85,8 g Sól: 5,9 g Błonnik: 34,0 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 2 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, brzoskwiński, szarlotka	E: 2635 kcal B: 129,8 g T: 108,9 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 40,2 g	W: 314,4 g w tym cukry: 85,2 g Sól: 6,0 g Błonnik: 32,5 g
Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH	Herbata 200 ml /*/, Chleb słonecznikowy 3 kromki gl _{zyt} , gl _{jęcz} /gl _{ows} /so, Masło 15 g /m/, Serek wiejski 1 szt. /m/, Pomidor ½ szt. Maliny 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/, Połędwica drobiowa 50 g /*/, Kalarepka 1/4 szt.	Serek homogenizowany naturalny 1 szt. /m/	E: 2236 kcal B: 119,1 g T: 100,7 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 43,5 g	W: 247,0 g w tym cukry: 39,2 g Sól: 6,0 g Błonnik: 35,2 g



Smacznego