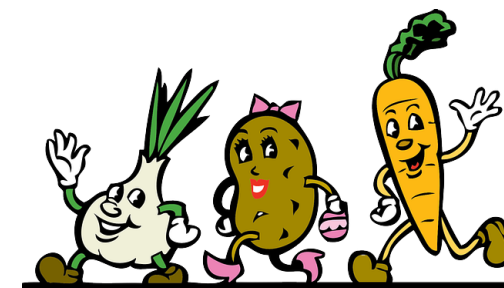


Jadłospis na 15.04.2024r.

Poniedziałek

DZIECI

DIETA	Śniadanie	Obiad	Kolacja	Podwieczorek	Posiłek wieczorny	Wartość odżywcza	
PODSTAWOWA	Herbata 200 ml Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350 ml /m/, Bułka pszenna 1 szt. /gl/, Masło 15 g /m/, Twaróg z kielkami 70 g /m/, Papryka ¼ szt.	Herbata 200 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 ml /s/, Indyk gotowany w sosie 180 g /gl,s,*/, Ziemniaki 180 g Surówka z marchewki 120 g	Herbata 200 ml Chleb wieloziarnisty 100 g /gl,so,se/, Masło 15 g /m/, Pasta warzywna 1 szt. /gl,so/, Ogórek zielony ¼ szt.	Pomarańcza 1 szt.	Serek homogenizowany 1 szt. /m/	E: 2222 kcal B: 100,6 g T: 87,9 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 37,7 g	W: 292,0 g w tym cukry: 40,8 g Sól: 3,2 g Błonnik: 36,6 g
ŁATWOSTRAWNA	Herbata 200 ml Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350 ml /m/, Bułka pszenna 1 szt. /gl/, Masło 15 g /m/, Twaróg z kielkami 70 g /m/, Pomidor ½ szt.	Herbata 200 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 ml /s/, Indyk gotowany w sosie 180 g /gl,s,*/, Ziemniaki 180 g Surówka z marchewki 120 g	Herbata 200 ml Chleb wieloziarnisty 100 g /gl,so,se/, Masło 15 g /m/, Pasta warzywna 1 szt. /gl,so/, Sałata 50 g	Pomarańcza 1 szt.	Serek homogenizowany 1 szt. /m/	E: 2216 kcal B: 100,6 g T: 87,9 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 37,6 g	W: 290,6 g w tym cukry: 40,7 g Sól: 3,1 g Błonnik: 36,8 g
Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH	Herbata 200 ml Chleb żytni 100 g /gl/, Masło 15 g /m/, Twaróg z kielkami 70 g /m/, Papryka ¼ szt.	Herbata 200 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 ml /s/, Indyk gotowany w sosie 180 g /gl,s,*/, Ziemniaki 180 g Surówka z marchewki 120 g	Herbata 200 ml Chleb żytni 100 g /gl/, Masło 15 g /m/, Pasta warzywna 1 szt. /gl,so/, Ogórek zielony ¼ szt.	Pomarańcza 1 szt.	Serek homogenizowany 1 szt. /m/	E: 2089 kcal B: 95,3 g T: 85,2 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 33,9 g	W: 275,3 g w tym cukry: 28,9 g Sól: 3,2 g Błonnik: 41,7 g



Smacznego