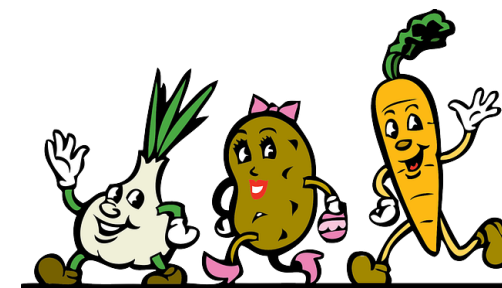


Jadłospis na 29.04.2025r.

Wtorek

DZIECI

DIETA	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek wieczorny	Wartość odżywcza	
PODSTAWOWA	Kawa zbożowa 200 ml /gl _{zyt} , gl _{jecz} , m/, Grahamka 1 szt. /gl _{psz} , gl _{zyt} , gl _{jecz} /, Masło 15 g /m/, Twaróg z rzodkiewką 100 g /m/, Bułka słodka 1 szt. /gl _{psz} , m, j, gl _{jecz} , * /, 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	Pomarańcza 1 szt.	Herbata 200 ml /* /, Chleb żytni 3 kromki / gl _{zyt} , gl _{jecz} /, 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: 2855 kcal B: 140,2 g T: 118,7 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 44,8 g	W: 338,9 g w tym cukry: 85,8 g Sól: 6,4 g Błonnik: 34,7 g
ŁATWOSTRAWNA	Kawa zbożowa 200 ml /gl _{zyt} , gl _{jecz} , m/, Grahamka 1 szt. /gl _{psz} , gl _{zyt} , gl _{jecz} /, Masło 15 g /m/, Twaróg z rzodkiewką 100 g /m/, Bułka słodka 1 szt. /gl _{psz} , m, j, gl _{jecz} , * /, 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	Pomarańcza 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: 2859 kcal B: 139,1 g T: 116,3g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 44,5 g	W: 344,2g w tym cukry: 85,2 g Sól: 6,6 g Błonnik: 32,6 g
Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH	Herbata 200 ml /* /, Chleb żytni 3 kromki / gl _{zyt} , gl _{jecz} /, Masło 15 g /m/, Twaróg z rzodkiewką 100 g /m/, Pomidor ½ szt. Ciastka bez cukru 40 g /gl _{psz} , m, j, * /	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	Pomarańcza 1 szt.	Herbata 200 ml /* /, Chleb żytni 3 kromki / gl _{zyt} , gl _{jecz} /, Masło 15 g /m/, Sałatka z szynką i brzoskwinią 200 g /gl _{psz} , go, j, * /,	Serek homogenizowany naturalny 1 szt. /m/	E: 2720 kcal B: 126,4 g T: 126,9 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 49,3 g	W: 304,8 g w tym cukry: 47,5 g Sól: 6,3 g Błonnik: 38,1 g



Smacznego