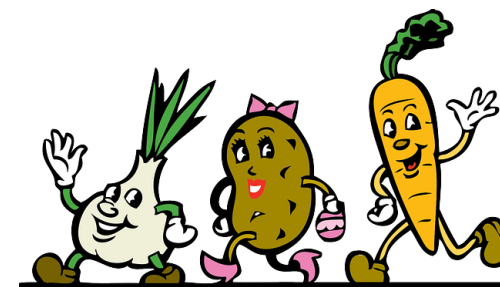


Jadłospis na 05.05.2025r.

Poniedziałek

DZIECI

DIETA	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek wieczorny	Wartość odżywcza	
PODSTAWOWA	Herbata 200 ml /*/, Zupa mleczna z zacierką 250 ml /m, głpsz,*/, Grahamka 1 szt. /głpsz, głyzt, głyęcz /, Masło 15 g /m/, Serek 4 plastry /m/, Pomidor 1 st.	Herbata owocowa 200 ml, Krupnik 300 ml /s, głyęcz,*/, Ziemniaki tłuczone 180 g /m/, Kotlet mielony 1 szt. /głpsz, j,*/, Mix warzyw gotowany 120 g	Banan 1 szt.	Herbata 200 ml /*/, Chleb wieloziarnisty 3 kromki /głpsz, głyzt, głows, se, so,*/, Masło 15 g /m/, Jajo 1 szt. /j/, Polędwica sopocka 50 g /so, głpsz, głows,*/, Ogórek zielony ¼ szt.	Deser mleczny z polewą owocową 1 szt. /m/ smaki: truskawkowy, brzoskwiniowy, wiśniowy	E: 2610 kcal B: 106,6 g T: 114,5 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 50,0 g	W: 317,6 g w tym cukry: 58,0 g Sól: 5,6 g Błonnik: 30,1 g
ŁATWOSTRAWNA	Herbata 200 ml /*/, Zupa mleczna z zacierką 250 ml /m, głpsz,*/, Grahamka 1 szt. /głpsz, głyzt, głyęcz /, Masło 15 g /m/, Serek 4 plastry /m/, Pomidor 1 st.	Herbata owocowa 200 ml, Krupnik 300 ml /s, głyęcz,*/, Ziemniaki tłuczone 180 g /m/, Pulpet w sosie pomidorowym 180 g /s, głpsz, j,*/, Mix warzyw gotowany 120 g	Banan 1 szt.	Herbata 200 ml /*/, Chleb wieloziarnisty 3 kromki /głpsz, głyzt, głows, se, so,*/, Masło 15 g /m/, Jajo 1 szt. /j/, Polędwica sopocka 50 g /so, głpsz, głows,*/, Roszponka 10 g	Deser mleczny z polewą owocową 1 szt. /m/ smaki: truskawkowy, brzoskwiniowy, wiśniowy	E: 2553 kcal B: 105,6 g T: 114,4 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 50,0 g	W: 304,8 g w tym cukry: 58,7 g Sól: 5,4 g Błonnik: 30,3 g
Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH	Herbata 200 ml /*/, Chleb razowy 3 kromki /głyzt, głpsz/, Masło 15 g /m/, Serek 4 plastry /m/, Pomidor 1 st.	Herbata owocowa 200 ml, Krupnik 300 ml /s, głyęcz,*/, Ziemniaki tłuczone 180 g /m/, Pulpet w sosie pomidorowym 180 g /s, głpsz, j,*/, Mix warzyw gotowany 120 g	Kiwi 1 szt.	Herbata 200 ml /*/, Chleb razowy 3 kromki /głyzt, głpsz/, Masło 15 g /m/, Jajo 1 szt. /j/, Polędwica sopocka 50 g /so, głpsz, głows,*/, Ogórek zielony ¼ szt.	Jogurt naturalny 1 szt. /m/	E: 2201 kcal B: 80,5 g T: 108,1 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 44,0 g	W: 263,2 g w tym cukry: 30,4 g Sól: 5,5 g Błonnik: 36,6 g



Smacznego