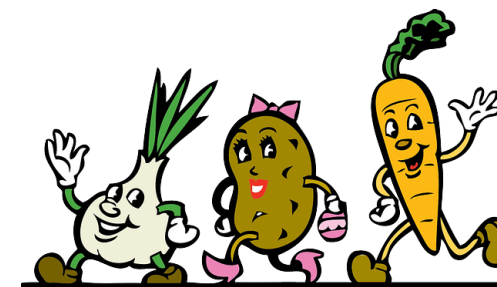


Jadłospis na 16.06.2025r.

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, głzyt, głjęcz /, Masło 15 g /m/, Serek 4 plastry /m/, Pomidor 1 st.	Herbata owocowa 200 ml Krupnik z ziemniakami 300 ml /s, głjęcz */, Ziemniaki tłuczone 180 g /m/, Pulpet w sosie pomidorowym 180 g /głpsz, s, */, Miks warzyw gotowany 120 g /*/	Nektarynka 1 szt.	Herbata 200 ml /*/, Chleb wieloziarnisty 3 kromki / głpsz, głzyt, głows, se, so, */, Masło 15 g /m/, Jajo 1 szt. /j/, Polędwica sopocka 50 g /so, głpsz, głows, */, Ogórek zielony 1 szt.	Deser mleczno-ryżowy z polewą owocową 1 szt. /m/ smaki: truskawkowy, brzoskwiniowy, wiśniowy	E: 2468 kcal B: 87,7 g T: 115,6 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 49,6 g	W: 298,5g w tym cukry: 42,9 g Sól: 7,8 g Błonnik: 29,6g
ŁATWOSTRAWNA	Herbata 200 ml /*/, Zupa mleczna z zacierką 250 ml /m, głpsz*/, Grahamka 1 szt. /głpsz, głzyt, głjęcz /, Masło 15 g /m/, Serek 4 plastry /m/, Pomidor 1 st.	Herbata owocowa 200 ml Krupnik z ziemniakami 300 ml /s, głjęcz */, Ziemniaki tłuczone 180 g /m/, Pulpet w sosie pomidorowym 180 g /głpsz, s, */, Miks warzyw gotowany 120 g /*/	Nektarynka 1 szt.	Herbata 200 ml /*/, Chleb wieloziarnisty 3 kromki / głpsz, głzyt, głows, se, so, */, Masło 15 g /m/, Jajo 1 szt. /j/, Polędwica sopocka 50 g /so, głpsz, głows, */, Miks sałat 10 g	Deser mleczno-ryżowy z polewą owocową 1 szt. /m/ smaki: truskawkowy, brzoskwiniowy, wiśniowy	E: 2465 kcal B: 87,7 g T: 115,6 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 49,6 g	W: 298,5g w tym cukry: 42,9 g Sól: 3,9 g Błonnik: 30,6 g
Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH	Herbata 200 ml /*/, Chleb razowy 3 kromki / głzyt, głpsz/, Masło 15 g /m/, Serek 4 plastry /m/, Pomidor 1 st.	Herbata owocowa 200 ml Krupnik z ziemniakami 300 ml /s, głjęcz */, Ziemniaki tłuczone 180 g /m/, Pulpet w sosie pomidorowym 180 g /głpsz, s, */, Miks warzyw gotowany 120 g /*/	Nektarynka 1 szt.	Herbata 200 ml /*/, Chleb razowy 3 kromki / głzyt, głpsz/, Masło 15 g /m/, Jajo 1 szt. /j/, Polędwica sopocka 50 g /so, głpsz, głows, */, Ogórek zielony 1 szt.	Serek homogenizowany 1 szt. /m/	E: 2437 kcal B: 97,2 g T: 126,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 53,5 g	W: 265,2 g w tym cukry: 29,1 g Sól: 6,6 g Błonnik: 36,1g



Smacznego