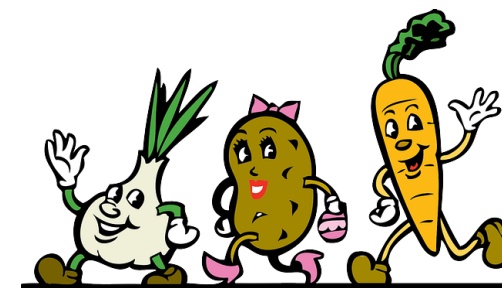


Jadłospis na 17.06.2025r.

Wtorek

DZIECI

DIETA	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek wieczorny	Wartość odżywcza	
PODSTAWOWA	Herbata 200 ml /*/ Grahamka 1 szt. /gl _{psz} , gl _{zyt} , gl _{jecz} /, Masło 15 g /m/, Serek wiejski 1 szt. /m/, Bułka słodka 1 szt. /gl _{psz} , m, j, gl _{jecz} , * /, Pomidor ½ szt.	Herbata owocowa 200 ml Zupa brokułowa z zacierką zabelana 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 brzoskwinia 200 g /gl _{psz} , go, j, */,	Serek homogenizowany 1 szt. /m/ smaki: waniliowy, truskawkowy, brzoskwiniowy, szarlotka	E: 2706 kcal B: 133,0 g T: 111,7 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 40,6 g	W: 325,9 g w tym cukry: 85,8 g Sól: 6,2 g Błonnik: 35,9 g
ŁATWOSTRAWNA	Herbata 200 ml /*/ Grahamka 1 szt. /gl _{psz} , gl _{zyt} , gl _{jecz} /, Masło 15 g /m/, Serek wiejski 1 szt. /m/, Bułka słodka 1 szt. /gl _{psz} , m, j, gl _{jecz} , * /, Pomidor ½ szt.	Herbata owocowa 200 ml Zupa brokułowa z zacierką zabelana 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 brzoskwinia 200 g /gl _{psz} , go, j, */,,	Serek homogenizowany 1 szt. /m/ smaki: waniliowy, truskawkowy, brzoskwiniowy, szarlotka	E: 2710 kcal B: 131,9 g T: 109,3 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 40,3 g	W: 331,2 g w tym cukry: 85,2 g Sól: 6,3 g Błonnik: 33,8 g
Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH	Herbata 200 ml /*/ Chleb żytni 3 kromki / gl _{zyt} , gl _{jecz} /, Masło 15 g /m/, Serek wiejski 1 szt. /m/, Pomidor ½ szt. Sok wielowarzywny 1 szt. /s, */	Herbata owocowa 200 ml Zupa brokułowa z zacierką zabelana 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/, Polędwica drobiowa 50 g /*/ Kalarepa ¼ szt.	Serek homogenizowany naturalny 1 szt. /m/	E: 2258 kcal B: 121,0 g T: 101,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 43,6 g	W: 252,1 g w tym cukry: 39,7 g Sól: 6,0 g Błonnik: 37,4 g



Smacznego