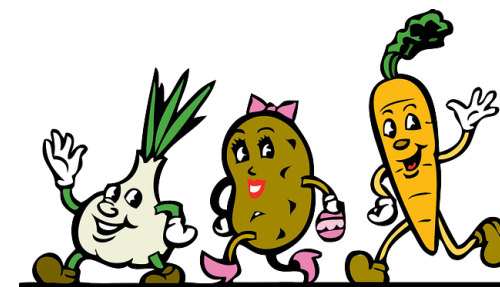


Jadłospis na 23.06.2025r.

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, glzyt, gljęcz /, Masło 15 g /m/, Serek 4 plastry /m/, Pomidor 1 st.	Herbata owocowa 200 ml, Krupnik 300 ml /s, gljęczz */, 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, glzyt,, glows, se, so, */, Masło 15 g /m/, Jajo 1 szt. /j/, Polędwica sopocka 50 g /so, głpsz, glows, */, Ogórek zielony 1 szt.	Deser mleczno- ryżowy z polewą owocową 1 szt. /m/ smaki: truskawkowy, brzoskwiniowy, wiśniowy	E: 2471 kcal B: 85,5 g T: 111,3 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 48,1 g	W: 311,3 g w tym cukry: 43,3 g Sól: 5,6 g Błonnik: 30,4 g
ŁATWOSTRAWNA	Herbata 200 ml /*/, Zupa mleczna z zacierką 250 ml /m, głpsz*/, Grahamka 1 szt. /głpsz, glzyt, gljęcz /, Masło 15 g /m/, Serek 4 plastry /m/, Pomidor 1 st.	Herbata owocowa 200 ml, Krupnik 300 ml /s, gljęczz */, Ziemniaki tłuczone 180 g /m/, Pulpet wieprzowy w sosie pomidorowym 180 g /s, głpsz, j, */, Mix warzyw gotowany 120 g	Banan 1 szt.	Herbata 200 ml /*/, Chleb wieloziarnisty 3 kromki / głpsz, glzyt,, glows, se, so, */, Masło 15 g /m/, Jajo 1 szt. /j/, Polędwica sopocka 50 g /so, głpsz, glows, */, Miks sałat 10 g	Deser mleczno- ryżowy z polewą owocową 1 szt. /m/ smaki: truskawkowy, brzoskwiniowy, wiśniowy	E: 2395 kcal B: 83,4 g T: 110,9 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 48,0 g	W: 295,2g w tym cukry: 43,8 g Sól: 5,4 g Błonnik: 30,0 g
Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH	Herbata 200 ml /*/, Chleb razowy 3 kromki / glzyt, głpsz/, Masło 15 g /m/, Serek 4 plastry /m/, Pomidor 1 st.	Herbata owocowa 200 ml, Krupnik 300 ml /s, gljęczz */, Ziemniaki tłuczone 180 g /m/, Pulpet wieprzowy w sosie pomidorowym 180 g /s, głpsz, j, */, Mix warzyw gotowany 120 g	Kiwi 1 szt.	Herbata 200 ml /*/, Chleb razowy 3 kromki / glzyt, głpsz/, Masło 15 g /m/, Jajo 1 szt. /j/, Polędwica sopocka 50 g /so, głpsz, glows, */, Ogórek zielony 1 szt.	Skyr naturalny 1 szt. /m/	E: 2216 kcal B: 80,2 g T: 109,2 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 44,7 g	W: 264,0g w tym cukry: 20,4 g Sól: 5,4 g Błonnik: 36,3 g



Smacznego