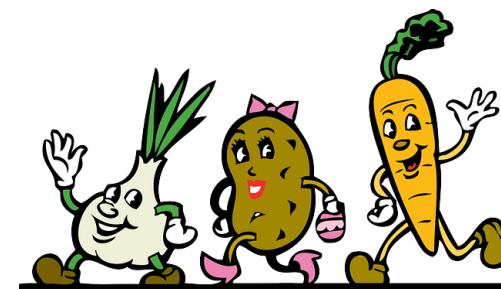


Jadłospis na 05-04-2024 r.

Piątek DZIECI

DIETA	Śniadanie	Obiad	Kolacja	Podwieczorek	Posiłek wieczorny	Wartość odżywcza	
PODSTAWOWA	Herbata 200 ml Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350 ml /m/, Grahamka 1 szt. /g/, Masło 15 g /m/, Twaróg z kielkami 70 g /m/, Papryka ¼ szt.,	Herbata 200 ml Zupa krem z marchewki 350 ml /s/, Ziemniaki 180 g, Morszczuk smażony 100 g /r,j,g/, Surówka z kiszzonej kapusty 120 g	Herbata 200 ml Chleb wieloziarnisty 100 g /g/,so,se/, Masło 15 g /m/, Sałatka z makreli 100 g /r,*/, Sałata 50 g	Banan 1 szt.	Jogurt naturalny 1 szt. /m/	E: 2270 kcal B: 107,3 g T: 97,8 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 40,5 g	W: 271,4 g w tym cukry: 42,1 g Sól: 4,7 g Błonnik: 32,5 g
ŁATWOSTRAWNA	Herbata 200 ml Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350 ml /m/, Weka 80 g /g/, Masło 15 g /m/, Twaróg z kielkami 70 g /m/, Papryka ¼ szt.,	Herbata 200 ml Zupa krem z marchewki 350 ml /s/, Ziemniaki 180 g, Morszczuk z pieca 100 g /r,s/, Jarzynka po grecku 120 g /s,*/	Herbata 200 ml Weka 80 g /g/, Masło 15 g /m/, Sałatka z makreli 100 g /r,*/, Sałata 50 g	Banan 1 szt.	Jogurt naturalny 1 szt. /m/	E: 2201 kcal B: 108,3 g T: 92,4 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 39,9 g	W: 268,5 g w tym cukry: 46,3 g Sól: 4,2 g Błonnik: 35,9 g
Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH	Herbata 200 ml Chleb razowy 100 g /g/,m/, Masło 15 g /m/, Twaróg z kielkami 70 g /m/, Papryka ¼ szt.,	Herbata 200 ml Zupa jarzynowa 350 ml /s/, Ziemniaki 180 g, Morszczuk z pieca 100 g /r,s/, Surówka z kiszzonej kapusty 120 g	Herbata 200 ml Chleb razowy 100 g /g/,m/, Masło 15 g /m/, Sałatka z makreli 100 g /r,*/, Sałata 50 g	Pomarańcza 1 szt.	Serek homogenizowany 1 szt. /m/	E: 2092 kcal B: 101,9 g T: 94,4 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 36,4 g	W: 247,5 g w tym cukry: 28,7 g Sól: 4,6 g Błonnik: 40,3 g



Smacznego