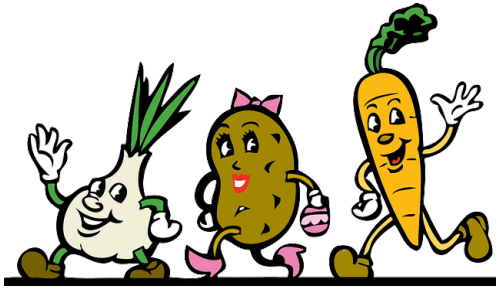
Jadłospis na 07-05-2024 r.
Wtorek
DZIECI

DIETA	Śniadanie	Obiad	Kolacja	Podwieczorek	Posiłek wieczorny	Wartość odżywcza	
PODSTAWOWA	Herbata 200 ml Chleb żytni 100 g /gl/, Masło 15 g /m/, Polędwica drobiowa 50 g /*/, Papryka ¼ szt.	Herbata 200 ml Zupa jarzynowa z fasolką i groszkiem 350 ml /s/, Naleśniki z serem 2 szt. /gl,j,m/	Herbata 200 ml Chleb pszenny 100 g /gl/, Masło 15 g /m/, Pasta z ciecierzycy z suszonymi pomidorami 70 g /*/, Ogórek szklarniowy ¼ szt.	Pomarańcza 1 szt.,	Serek wiejski 1 szt. /m/	***E: 2431 kcal B: 111,5 g T: 89,9 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 37,4 g***	***W: 325,2 g w tym cukry: 51,3 g Sól: 5,5 g Błonnik: 33,7 g***
ŁATWOSTRAWNA	Herbata 200 ml Weka 80 g /gl/, Masło 15 g /m/, Polędwica drobiowa 50 g /*/, Pomidor ½ szt.	Herbata 200 ml Zupa jarzynowa z fasolką i groszkiem 350 ml /s/, Makaron pełnoziarnisty 160 g z serem 150 g /gl,m/	Herbata 200 ml Weka 80 g /gl/, Masło 15 g /m/, Pasta z ciecierzycy z suszonymi pomidorami 70 g /*/, Sałata 50 g	Pomarańcza 1 szt.,	Serek wiejski 1 szt. /m/	***E: 2091 kcal B: 98,5 g T: 68,4 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 31,6 g***	***W: 297,8 g w tym cukry: 36,2 g Sól: 4,8 g Błonnik: 30,5 g***
Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH	Herbata 200 ml Chleb żytni 100 g /gl/, Masło 15 g /m/, Polędwica drobiowa 50 g /*/, Papryka ¼ szt.	Herbata 200 ml Zupa jarzynowa z fasolką i groszkiem 350 ml /s/, Makaron pełnoziarnisty 160 g z serem 150 g /gl,m/	Herbata 200 ml Chleb żytni 100 g /gl/, Masło 15 g /m/, Pasta z ciecierzycy z suszonymi pomidorami 70 g /*/, Ogórek szklarniowy ¼ szt.	Pomarańcza 1 szt.,	Serek wiejski 1 szt. /m/	***E: 2145 kcal B: 103,2 g T: 73,6 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 32,3 g***	***W: 300,4 g w tym cukry: 29,0 g Sól: 5,0 g Błonnik: 35,9 g***



Smacznego