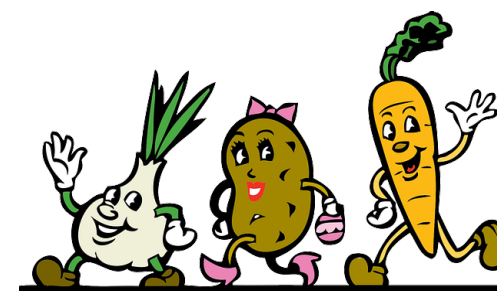


# Jadłospis na 10-05-2024 r.

## Piątek DZIECI

DIETA	Śniadanie	Obiad	Kolacja	Podwieczorek	Posiłek wieczorny	Wartość odżywcza	
<b>PODSTAWOWA</b>	Herbata 200 ml Zupa mleczna z zacierką 350 ml /m,gl,j/, Bułka pszenna 1 szt. /gl/, Masło 15 g /m/, Twaróg z kielkami 70 g /m/, Pomidor ½ szt.	Herbata 200 ml Krupnik z kaszą jęczmienną 350 ml /s/, Pieczeń z morschuczka 90 g /r,gl,j/, Ziemniaki 180 g, Mieszanka warzyw gotowana 120 g	Herbata 200 ml Chleb wieloziarnisty 100 g /gl,so,se/, Masło 15 g /m/, Pasta z jaj 70 g /j,m/, Ogórek szklarniowy ¼ szt.	Banan 1 szt.	Jogurt owocowy 1 szt. /m/	<b>E: 2148 kcal</b> <b>B: 83,1 g</b> <b>T: 86,0 g</b> <b>w tym nasycone</b> <b>kwasy tłuszczowe:</b> <b>34,7 g</b>	<b>W: 287,4 g</b> <b>w tym cukry: 56,2 g</b> <b>Sól: 3,6 g</b> <b>Błonnik: 28,2 g</b>
<b>ŁATWOSTRAWNA</b>	Herbata 200 ml Zupa mleczna z zacierką 350 ml /m,gl,j/, Weka 80 g /gl/, Masło 15 g /m/, Twaróg z kielkami 70 g /m/, Pomidor ½ szt.	Herbata 200 ml Krupnik z kaszą jęczmienną 350 ml /s/, Pieczeń z morschuczka 90 g /r,gl,j/, Ziemniaki 180 g, Mieszanka warzyw gotowana 120 g	Herbata 200 ml Weka 80 g /gl/, Masło 15 g /m/, Pasta z jaj 70 g /j,m/, Sałata 50 g	Banan 1 szt.	Jogurt owocowy 1 szt. /m/	<b>E: 2248 kcal</b> <b>B: 84,7 g</b> <b>T: 90,6 g</b> <b>w tym nasycone</b> <b>kwasy tłuszczowe:</b> <b>36,0 g</b>	<b>W: 296,1 g</b> <b>w tym cukry: 55,5 g</b> <b>Sól: 3,5 g</b> <b>Błonnik: 24,7 g</b>
<b>Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH</b>	Herbata 200 ml Chleb żytni 100 g /gl/, Masło 15 g /m/, Twaróg z kielkami 70 g /m/, Pomidor ½ szt.	Herbata 200 ml Krupnik z kaszą jęczmienną 350 ml /s/, Pieczeń z morschuczka 90 g /r,gl,j/, Ziemniaki 180 g, Mieszanka warzyw gotowana 120 g	Herbata 200 ml Chleb żytni 100 g /gl/, Masło 15 g /m/, Pasta z jaj 70 g /j,m/, Ogórek szklarniowy ¼ szt.	Jabłko 1 szt.	Serek wiejski 1 szt. /m/	<b>E: 2096 kcal</b> <b>B: 88,7 g</b> <b>T: 96,4 g</b> <b>w tym nasycone</b> <b>kwasy tłuszczowe:</b> <b>38,6 g</b>	<b>W: 253,4 g</b> <b>w tym cukry: 23,2 g</b> <b>Sól: 3,6 g</b> <b>Błonnik: 35,6 g</b>



*Smacznego*