

Jadłospis z dnia: 2024-05-08

Śniadanie

- MLECZNA Z KASZĄ MANNA 300 ML /alergeny: gluten; mleko/
- SER ŻÓŁTY 50 G /alergeny: mleko/
- POWIDŁA 25 G
- SAŁATA 15 G
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (2 KROMKI) 70 G /alergeny: gluten/
- CHLEB GRAHAM (1 KROMKA) 30 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- KAWA ZBOŻOWA 200 G /alergeny: gluten; mleko/



Obiad

- ZUPA SOCZEWICOWA 400 ML (G) /alergeny: gluten; seler; gorczyca/
- MAKARON PEŁNOZIAR. Z SOSEM BOŁOŃSKIM I MIĘSEM 350G /alergeny: gluten; mleko; seler/
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML
- KIWI 100 G



Kolacja

- SAŁATKA Z SEREM FETA I BROKUŁAMI 200 G /alergeny: jaja; soja; mleko; seler; gorczyca/
- POLĘDWICA SOPOCKA 30 G /alergeny: gluten; soja/
- SOK POMIDOROWY 200 G
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (2 KROMKI) 70 G /alergeny: gluten/
- CHLEB GRAHAM (1 KROMKA) 30 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G
- CYTRYNA 15 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2388 kcal

BIĄŁKO 106,80 g; WĘGLOWODANY 315,45 g; Cukry proste 63,28 g; TŁUSZCZE 81,48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 41,90 g; BŁONNIK 33,73 g; Sól 6,46 g