

Jadłospis z dnia: 2024-05-13

Śniadanie

- MLECZNA Z ZACIERKĄ 300 ML /alergeny: gluten; jaja; mleko/
- KRAKOWSKA 50 G /alergeny: gluten; soja; seler; gorczyca/
- SOK POMIDOROWY 200 G
- POWIDŁA 25 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 Z FASOLKI SZPARAGOWEJ 400 ML /alergeny: mleko; seler/
- GULASZ DROBIOWY 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/
- SURÓWKA WIELOWARZYWNA 100 G /alergeny: seler/
- RYŻ BRĄZOWY 180 G
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML



Kolacja

- POLEDWICA DROBIOWA 50 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/
- OGÓREK ŚWIEŻY 70 G
- SER HOMOGENIZOWANY 150 G /alergeny: mleko/
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (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: 2351 kcal

BIAŁKO 128,44 g; WĘGLOWODANY 296,09 g; Cukry proste 78,92 g; TŁUSZCZE 78,45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 38,35 g; BŁONNIK 31,89 g; Sól 6,38 g