

Jadłospis z dnia: 2024-05-17

Śniadanie

- MLECZNA Z MAKARONOWĄ ZACIERKĄ 300 ML /alergeny: gluten; mleko; seler/
- PASTA Z SERKA ŚMIETANKOWEGO I ŁOSOSIA 70 G /alergeny: gluten; ryby; soja; mleko; gorczyca/
- POŁĘDWICA DROBIOWA 30 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/
- OGÓREK ŚWIEŻY 70 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

- JARZYNOWA Z KAPUSTĄ 400 ML /alergeny: gluten; mleko; seler; gorczyca/
- MAKARON Z TWAROGIEM I BRZOSKWINIĄ 350 G /alergeny: gluten; jaja; mleko; seler/
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML



Kolacja

- 2 JAJA 100 G **/alergeny: jaja/**
- SAŁATA 15 G
- MIÓD 25 G
- 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: 2166 kcal

BIAŁKO 88,15 g; WĘGLOWODANY 291,29 g; Cukry proste 60,35 g; TŁUSZCZE 75,76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 41,75 g; BŁONNIK 22,56 g; Sól 5,97 g