

Jadłospis z dnia: 2024-05-18

### **Śniadanie**

- MLECZNA Z KASZĄ MANNA 300 ML /alergeny: gluten; mleko/
- SER ŻÓŁTY 50 G /alergeny: mleko/
- DŻEM 25 G
- 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**

- POMIDOROWA Z MAKARONEM 400 ML /alergeny: gluten; jaja; mleko; seler/
- KURCZAK PIECZONY - UDO 180 G (P)
- BRUKSELKA GOTOWANA 180 G (G)
- ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML
- BANAN 200 G

### **Kolacja**

- POLEDWICA DROBIOWA 50 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/
- OGÓREK KISZONY 80 G
- JOGURT OWOCOWY 100 G /alergeny: mleko/
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (2 KROMKI) 70 G /alergeny: gluten/
- CHLEB GRAHAM (1 KROMKA) 30 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA ZIOŁOWA 200 ML

### **Cały dzień**

Kaloryczność: 2287 kcal

BIAŁKO 96,05 g; WĘGLOWODANY 298,93 g; Cukry proste 71,42 g; TŁUSZCZE 84,37 g; Kwasy  
tłuszczowe nasycone 40,66 g; BŁONNIK 31,36 g; Sól 6,05 g