

Jadłospis z dnia: 2024-05-23

Śniadanie

- MLECZNA Z ZACIERKĄ 300 ML /alergeny: gluten; jaja; mleko/
- TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/
- POŁĘDWICA SOPOCKA 30 G /alergeny: gluten; soja/
- POMIDOR 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/
- KURCZAK PIECZONY - UDO 180 G (P)
- BURAKI GOTOWANE 120 G (G)
- ZIEMNIAKI PUREE 200 G
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML



Kolacja

- SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/
- SAŁATKA RYŻOWA Z KURCZAKIEM I ANANASEM 200 G /alergeny: jaja; mleko; gorczyca/
- SOK POMIDOROWY 195 ML
- 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: 2418 kcal

BIAŁKO 120,83 g; WĘGLOWODANY 282,67 g; Cukry proste 67,27 g; TŁUSZCZE 93,71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 42,70 g; BŁONNIK 28,08 g; Sól 5,62 g