

Jadłospis z dnia: 2024-05-28

Śniadanie

- MLECZNA Z MAKARONOWĄ ZACIERKĄ 300 ML /alergeny: gluten; mleko; seler/
- 2 JAJA 100 G /alergeny: jaja/
- SZYMKOWA 30 G /alergeny: gluten; seler; gorczyca/
- OGÓREK ŚWIEŻY 70 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

- KRUPNIK 400 ML /alergeny: gluten; mleko; seler/
- KOTLET RYBNY Z DORSZA 100 G /alergeny: gluten; jaja; ryby/
- SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ 100 G
- ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML
- BISZKOPTY B/CIUKRU 25 G /alergeny: gluten; jaja/



Kolacja

- POŁĘDWICA SOPOCKA 50 G /alergeny: gluten; soja/
- TWARÓG W PŁASTRACH 50 G /alergeny: mleko/
- SAŁATA 15 G
- SOK MARCHEW-JABŁKO 200 ML
- 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: 2289 kcal

BIAŁKO 94,95 g; WĘGLOWODANY 309,53 g; Cukry proste 65,18 g; TŁUSZCZE 79,72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 34,80 g; BŁONNIK 28,60 g; Sól 5,82 g