

Jadłospis z dnia: 2024-06-03

### Śniadanie

- MLECZNA Z ZACIERKĄ 300 ML /alergeny: gluten; jaja; mleko/
- SZYMKOWA 50 G /alergeny: gluten; seler; gorczyca/
- POWIDŁA 25 G
- OGÓREK KISZONY 80 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 (G) /alergeny: mleko; seler/
- PIECZEŃ DIETETYCZNA 100 G /alergeny: gluten; jaja/
- SURÓWKA WIELOWARZYWNA 100 G /alergeny: seler/
- SOS KOPERKOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/
- RYŻ BRĄZOWY 180 G
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML



### **Kolacja**

- POŁĘDWICA SOPOCKA 50 G /alergeny: gluten; soja/
- 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: 2314 kcal

BIAŁKO 108,07 g; WĘGLOWODANY 308,32 g; Cukry proste 74,33 g; TŁUSZCZE 77,59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 39,05 g; BŁONNIK 30,92 g; Sól 6,85 g