

Jadłospis z dnia: 2024-05-03

Śniadanie

- MLECZNA Z KASZA JECZMIENNA 300 ML /alergeny: gluten; mleko/
- 2 JAJA 100 G /alergeny: jaja/
- POWIDŁA 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

- BARSZCZ Z ZIEMNIAKAMI 400 ML /alergeny: gluten; mleko; seler/
- MINTAJ PANIEROWANY PIECZONY 100 G /alergeny: gluten; jaja; ryby/
- SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ 100 G
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML
- ZIEMNIAKI PUREE 200 G

Kolacja

- PASTA Z SERKA ŚMIETANKOWEGO I ŁOSOSIA 70 G /alergeny: gluten; ryby; soja; mleko; gorczyca/
- POŁĘDWICA SOPOCKA 30 G /alergeny: gluten; soja/
- 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 200 G
- CYTRYNA 15 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2320 kcal

BIAŁKO 81,01 g; WĘGLOWODANY 314,32 g; Cukry proste 78,67 g; TŁUSZCZE 86,21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 40,87 g; BŁONNIK 29,08 g; Sól 7,14 g