

Jadłospis z dnia: 2024-04-20

Śniadanie

- MLECZNA Z KASZĄ MANNA 300 ML /alergeny: gluten; mleko/
- SER ŻÓŁTY 50 G /alergeny: mleko/
- PAPRYKA ŚWIEŻA 60 G
- DŻEM 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

- ROSÓŁ Z MAKARONEM 400 ML /alergeny: gluten; jaja; seler/
- KURCZAK GOTOWANY - UDO 180 G (G)
- SOS PIETRUSZKOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/
- MARCHEW Z GROSZKIEM 150 G /alergeny: gluten; mleko; gorczyca/
- ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML
- BANAN 200 G

Kolacja

- SZYŃKÓWKA 50 G /alergeny: gluten; soja; seler/
- OGÓREK ŚWIEŻY 70 G
- SOK POMIDOROWY 200 G
- 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: 2226 kcal

BIAŁKO 86,04 g; WĘGLOWODANY 303,71 g; Cukry proste 75,85 g; TŁUSZCZE 80,19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 41,57 g; BŁONNIK 29,84 g; Sól 6,26 g