

Jadłospis z dnia: 2024-04-23

### Śniadanie

- MLECZNA Z PŁATKAMI 300 ML /alergeny: gluten; mleko/
- SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/
- JAJKO /alergeny: jaja/
- 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

- GROCHÓWKA 400 ML /alergeny: seler/
- SZYNKA GOTOWANA DIET 120 G
- SURÓWKA Z MARCHWI I JABLEK 100 G /alergeny: mleko/
- ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML
- KIWI 100 G



### Kolacja

- POŁĘDWICA SOPOCKA 50 G /alergeny: gluten; soja/
- OGÓREK ŚWIEŻY 70 G
- SAŁATKA Z TUŃCZYKIEM 160 G /alergeny: ryby/
- 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: 2374 kcal

BIAŁKO 117,59 g; WĘGLOWODANY 284,66 g; Cukry proste 52,13 g; TŁUSZCZE 89,68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 36,80 g; BŁONNIK 31,98 g; Sól 9,73 g