

Jadłospis 27.11.2023 r.

ŚNIADANIE:

- Kaszka manna na mleku 350 g (alergeny -1,7)
- Pasta z twarogu z chrzanem 50 (alergen -7)
- Blok szynkowy na sałacie 30 g (alergeny -6,9,10)
- Masło 15 g (alergen -7)
- Chleb mieszany 160 g (alergen -1)
- Kawa zbożowa 200 ml (alergen -1)



OBIAD:

- Zupa jarzynowa 350 g (alergeny 1,7,9,10)
- Makaron z sosem mięsnym 160 g (alergeny 1,7,9,10)
- Kalafior z koperkiem 60 g



KOLACJA:

Pasta z kurczaka 50 g (alergeny – 1,6,9,10)

Ser topiony 30 g (alergen -7)

Sałatka z sałaty i rzodkiewki 50 g

Masło 15 g (aleregen-7)

Chleb mieszany 160 g (aleregn-1)

Kawa zbożowa 200 ml (alergen -1)



POSIŁEK DODATKOWY:

Jogurt naturalny 150 g (alergen -7)

WARTOŚCI DZIENNE:

Wartość energetyczna: 2235 kcal

Wartość odżywcza ogółem: białko 106 g, tłuszcz 85,7 g, kwasy tłuszczowe nasycone 26,2 g, węglowodany 290 g, błonnik 16 g, cukier 5 g, sól 4,6 g