

Jadłospis na dzień: 2025-04-17

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	skyr owocowy bez cukru	140g
	serek homogenizowany	150g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	herbata	250g
	chleb pszenny	90g
	szynka konserwowa	45g
	masło 82%	12,5g
	płatki jęczmienne na mleku	300g
obiad	sos pomidorowy	50g
	kasza jęczmienna gotowana na sypko	200g
	zupa jarzynowa z zacierką	350g
	surówka z marchewki i jabłka	150g
	schab wieprzowy gotowany	80g
	napój owocowy	250g
kolacja	szynka drobiowa	45g
	sałata	20g
	herbata	250g
	pomidor	80g
	pasta z makreli i sera	80g
	masło 82%	12,5g
	pieczywo pszenne	130g
	pomarańcza	100g

Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kasza jęczmienna, perłowa, Makaron bezjajeczny, Makrela, wędzona, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 500, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Płatki jęczmienne, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty, Serek twarogowy, homogenizowany, pełnotłusty,

Energia (kcal)	2097,78
Energia (kJ)	8829,57
Białko ogółem (g)	123,56
Tłuszcz (g)	65,48
Węglowodany ogółem (g)	249,44
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	31,28
Sacharoza (g)	23,33
Błonnik pokarmowy (g)	23,21
Sól (g)	6,41