

Jadłospis na dzień: 2025-04-11

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	szynka parzona	45g
	manna na mleku	300g
	twarożek ze szczypiorkiem	80g
	herbata	250g
	twarożek ze szczypiorem	80g
	pieczywo pszenne	90g
	sałata	20g
	masło 82%	12,5
	pomidor	80g
II śniadanie	sok wielowarzywny	330g
obiad	zupa jaglana z warzywami	350g
	ziemniaki z koprem	220g
	surówka z selera i jabłka	150g
	pulpet rybny	80g
	napój owocowy	250g
	sos koperkowy	50g
podwieczorek	sałatka z kaszy jęczmiennej	120g
kolacja	herbata	250g
	masło 82%	12,5
	pieczywo pszenne	130g
	schab gotowany w sosie pomidorowym	80g
	ser plaster twarogowy	21g
	sałata	20g
	kiwi	70g
	kakao na mleku 2%	250g
	pomidor	80g

Alergeny

Bułki pszenne zwykłe, Chleb pszenny, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kakao 16%, proszek, Kasza jęczmienna, perłowa, Kasza manna, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 500, Mintaj, świeży, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2232,46
Energia (kJ)	9409,35
Białko ogółem (g)	113,64
Tłuszcz (g)	58,16
Węglowodany ogółem (g)	316,22
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	27,01
Sacharoza (g)	29,53
Błonnik pokarmowy (g)	29,03
Sól (g)	8,19