

Jadłospis na dzień: 2025-05-17

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	masło 82%	12,5g
	serek homogenizowany	150g
	pomidor	80g
	chleb pszenny	90g
	sałata	20g
	płatki jęczmienne na mleku	300g
	szynka konserwowa	45g
II śniadanie	banan	180g
obiad	kasza jęczmienna gotowana na sypko	200g
	napój owocowy	250g
	surówka z selera i jabłka	150g
	schab wieprzowy gotowany	80g
	zupa jarzynowa z zacierką	350g
	sos pomidorowy	50g
podwieczorek	pieczywo pszenne	40g
	sałatka z pomidorem, ogórkiem kiszonym, słonecznikiem, oliwą i ziołami	150g
	masło 82%	10g
kolacja	masło 82%	12,5g
	szynka drobiowa	40g
	pasta z makreli i sera	80g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	pieczywo pszenne	130g
	herbata	250g
	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)	2347,8
Energia (kJ)	9873,48
Białko ogółem (g)	115,84
Tłuszcz (g)	78,84
Węglowodany ogółem (g)	299,76
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	37,14
Sacharoza (g)	34,77
Błonnik pokarmowy (g)	28,78
Sól (g)	7,46