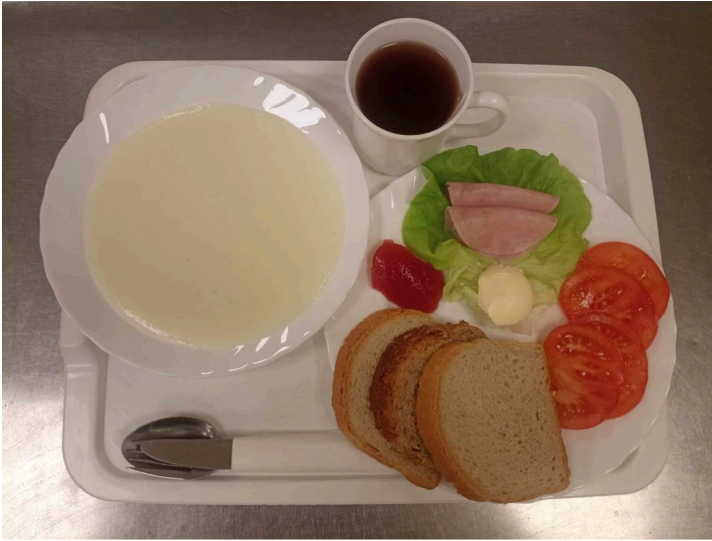



23.11.2023 - Czwartek

| | |
|--|---|
|  | <p>I ŚNIADANIE</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kasza manna na mleku 300ml (A: 1,7) • Połędwica drobiowa 20g (A: 1,3,6,7,9,10) • Dżem truskawkowy niskosłodzony 30g • Chleb zwykły 2szt 50g (A: 1) • Chleb razowy 1szt 25g (A: 1) • Masło roślinne miękkie 15g • Pomidor plastry 70g • Sałata 10g • Herbata czarna z cukrem 250ml |
| | <p>II ŚNIADANIE</p> <ul style="list-style-type: none"> • Maślanka naturalna 200ml (A:7) |
|  | <p>OBIAD</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rosół z makaronem (kurczak, włoszczyzna, makaron, cebula, nać pietruszki, sól, pieprz) 350ml (A: 1,3,9) • Pałki z kurczaka pieczone (pałki z kurczaka, majeranek, rozmaryn, oregano, papryka słodka, olej rzepakowy, sól, pieprz) 3szt 200g (A: 6,9,10) • Ziemniaki z koperkiem 200g • Marchew z groszkiem oprószana(marchew, groszek zielony, mąka pszenna, olej rzepakowy)150g (A:1,7) • Kompot owocowy (jabłko, czarna porzeczka) 250ml |
| | <p>KOLACJA I</p> <ul style="list-style-type: none"> • Połędwica sopocka drobiowa 60g (A;1,3,6,9,10) • Chleb zwykły 2szt 50g (A: 1) • Chleb razowy 2szt 50g (A: 1) • Masło roślinne miękkie 15g • Papryka 70g • Sałata 10g • Herbata czarna z cukrem 250ml |
| | <p>KOLACJA II POSIŁEK WITAMINOWY Mus warzywno - owocowy(dynia, jabłko, banan) 100g</p> |
| <p>DOBOWE WARTOŚCI ODŻYWCZE:</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Energia: 1981kcal • Białko ogółem: 95g • Tłuszcz ogółem: 55g • Nasycone kwasy tłuszczowe: 16g • Węglowodany ogółem: 300g • Cukry: 68g • Błonnik pokarmowy: 30g • Sód: 1838mg • Sól: 4,6g |