

13.05.2024 - Poniedziałek

	<p>I ŚNIADANIE</p> <ul style="list-style-type: none">• Makaron muszelki na mleku 300ml (A: 1,7)• Pasta z jajka ze szczypiorkiem 80g (A: 3,10)• Chleb zwykły 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">• Koktajl mleczno-owocowy (jogurt naturalny, truskawki, cukier) 200ml (A: 7)
	<p>OBIAD</p> <ul style="list-style-type: none">• Zupa brokułowa z ziemniakami (korpus z kurczaka, włoszczyzna, brokuły mrożone, ziemniaki, śmietanka, nać pietruszki, sól, pieprz) 350ml (A: 7,9)• Zraz mielony wieprzowo -drobiowy duszony w sosie własnym (łopatka wieprzowa, mięso gulaszowe drobiowe, jaja, mąka pszenna, bułka pszenna, sól , pieprz) 100g/100ml (A: 1,3)• Kasza jęczmienna na sypko 200g (A: 1)• Sałatka z buraczków i jabłka z olejem rzepakowym 150g• Kompot owocowy (jabłko, czarna porzeczka, cukier) 250ml•
	<p>KOLACJA I</p> <ul style="list-style-type: none">• Pasta z makreli wędzonej (makrela wędzona, cebula, pieprz) 80g (A:4)• Chleb zwykły 50g (A: 1)• Chleb razowy 2szt. 50g (A: 1)• Masło roślinne miękkie 15g• Ogórek kiszony 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: 2361kcal• Białko ogółem: 100g• Tłuszcz ogółem: 84g• Nasycone kwasy tłuszczowe: 23g• Węglowodany ogółem: 328g• Cukry: 60g• Błonnik pokarmowy: 32g• Sód: 1763mg• Sól: 4,41g