

06.04.2025 - Niedziela

	I ŚNIADANIE • Kasza kukurydziana na mleku 300ml (A:MLE) • Szynka delikatesowa drobiowa 50g (A: GLU,SOJ,MLE) • Chleb zwykły 2szt 50g (A: GLU,SOJ) • Chleb razowy 1szt 25g (A: GLU) • Masło roślinne miękkie 15g • Pomidor plastry 70g • Sałata 10g • Herbata czarna z cukrem 250ml
	II ŚNIADANIE • Jabłko 1szt. 150g
	OBIAD • Rosół z makaronem (korpus kurczaka, włoszczyzna, makaron, cebula, nać pietruszki, sól, pieprz) 350ml (A: GLU,SEL,JAJ) • Udko z kurczaka pieczone (udko z kurczaka, tymianek, bazylia, oregano, olej, pieprz, sól) 200g • Ziemniaki z koperkiem 200g • Marchew plastry (marchew plastry, mąka pszenna, masło) 150g (A:GLU,MLE) • Kompot owocowy (truskawka, malina, czarna i czerwona porzeczka, jagoda, borówka, jeżyna, cukier) 250ml
	KOLACJA I • Pasta z jajka ze szczypiorkiem 80g (A: JAJ,GOR) • Chleb zwykły 2szt 50g (A: GLU,SOJ) • Chleb razowy 2szt 50g (A: GLU) • Masło roślinne miękkie 15g • Ogórek świeży plastry 70g • Sałata 10g • Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (A: GLU,MLE)

	KOLACJA II POSIŁEK WITAMINOWY Mus warzywno - owocowy(cukinia, kiwi, szpinak, jabłko, banan) 100g
DOBOWE WARTOŚCI ODŻYWCZE:	• Energia: 2512,5kcal • Białko ogółem: 110,6g • Tłuszcz ogółem: 88,1g • Nasycone kwasy tłuszczowe: 31,2g • Węglowodany ogółem: 329,3g • Cukry: 97,3g • Błonnik pokarmowy: 34,6g • Sód: 1411,1mg • Sól: 3,53g