

05.05.2025 - Poniedziałek



I ŚNIADANIE

- Kasza manna na mleku 300ml (A: GLU,MLE)
- Sałatka jarzynowa (marchew, pietruszka, ziemniaki, seler, ogórek kiszony, groszek konserwowy, jabłko, jajo, sól, pieprz czarny) 150g (A: JAJ,SEL,GOR)
- Szynka wieprzowa szkolna 30g (A: GLU,SOJ,MLE)
- Chleb zwykły 50g (A: GLU,SOJ)
- Chleb razowy 1szt. 25g (A: GLU)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Sałata masłowa 10g
- Herbata czarna z cukrem 250ml

II ŚNIADANIE

- Budyń waniliowy (mleko, budyń waniliowy, cukier) 200ml(A: GLU,MLE)



OBIAD

- Zupa ziemniaczana (korpus z kurczaka, buraki, włoszczyzna, ziemniaki, śmietanka, natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz czarny jarzynka naturalna) 350ml (A:MLE,SEL)
- Pieczeń drobiowo-wieprzowa mielona duszona w sosie szpinakowym (łopatka wieprzowa, udko trybowane, włoszczyzna, cebula, mąka pszenna, śmietanka, natka pietruszki, bułka kajzerka, jajo, sól, pieprz czarny) 100g/150ml (A:GLU,JAJ,SOJ,MLE,SEL)
- Kasza jęczmienna 200g (A:GLU)
- Surówka z selera (seler, jabłko, marchew, jogurt, sól) 150g (A: MLE,SEL,SO2)
- Kompot owocowy (porzeczka czarna ,agrest, aronia, śliwki, truskawki, cukier) 250ml

KOLACJA I

- Ser topiony 50g (A:MLE)
- Polędwica drobiowa20g(A: GLU,SOJ,MLE)
- Chleb zwykły 50g (A: GLU,SOJ)
- Chleb razowy 1szt. 50g (A: GLU)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Rzodkiewka biała z koperkiem plastry70g
- Sałata masłowa 10g
- Herbata czarna z cukrem 250ml

	KOLACJA II POSIŁEK WITAMINOWY Mus warzywno – owocowy(cukinia, kiwi, szpinak, jabłko, banan) 100g
DOBOWE WARTOŚCI ODŻYWCZE:	• Energia: 2516,4kcal • Białko ogółem: 84,5g • Tłuszcz ogółem: 73g • Nasycone kwasy tłuszczowe: 29,2g • Węglowodany ogółem: 393,7g • Cukry: 120,9g • Błonnik pokarmowy: 48,3g • Sód: 1925mg • Sól: 4,81g