

## 07.06.2025 - Sobota

	<p><b>I ŚNIADANIE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Płatki owsiane na mleku 300ml (A: GLU,MLE)</li> <li>• Ser topiony 50g (A;MLE)</li> <li>• Chleb zwykły 2szt 50g (A: GLU,SOJ)</li> <li>• Chleb razowy 1szt 25g (A: GLU)</li> <li>• Masło roślinne miękkie 15g</li> <li>• Pomidor 70g</li> <li>• Sałata masłowa 10g</li> <li>• Herbata czarna z cukrem 250ml</li> </ul>
	<p><b>II ŚNIADANIE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Budyń waniliowy (mleko, budyń, cukier) 200ml (A: GLU,MLE,)</li> </ul>
	<p><b>OBIAD</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zupa jarzynowa z ziemniakami (korpus z kurczaka, włoszczyzna, ziemniaki, kalafior, brokuł, fasolka szparagowa zielona, śmietanka, natka pietruszki, sól, pieprz czarny, liść laurowy, ziele angielskie, jarzynka naturalna) 350ml (A: MLE,SEL)</li> <li>• Pieczeń drobiowo - wieprzowa mielona w sosie pietruszkowym - pieczona ((udko z kurczaka trybowane, łopatka wieprzowa, cebula ,natka pietruszki, jajko, mąka pszenna, bułka pszenna śmietanka, sól , pieprz) 100g/150ml (A: GLU,JA,SOJ,MLE)</li> <li>• Kasza jęczmienna na sypko 200g (A: GLU)</li> <li>• Sałatka z buraczków i jabłka z olejem rzepakowym 150g</li> <li>• Kompot owocowy (jagoda, truskawka, czarna porzeczka, czerwona porzeczka, malina, jeżyna, cukier) 250ml</li> </ul>
	<p><b>KOLACJA I</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Szyńka drobiowa gotowana 60g (A: GLU,SOJ,MLE)</li> <li>• Chleb zwykły 2szt 50g (A: GLU,SOJ)</li> <li>• Chleb razowy 2szt 50g (A: GLU,)</li> <li>• Masło roślinne miękkie 15g</li> <li>• Rzodkiewka biała plastry z koperkiem 70g</li> <li>• Sałata masłowa 10g</li> <li>• Herbata czarna z cukrem 250ml</li> </ul>

	<p><b>KOLACJA II</b> <b>POSIŁEK WITAMINOWY</b> Mus warzywno - owocowy( cukinia, kiwi, szpinak, jabłko, banan) 100g</p>
<p><b>DOBOWE WARTOŚCI ODŻYWCZE:</b></p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Energia: 2258,4kcal</li><li>• Białko ogółem: 85,3g</li><li>• Tłuszcz ogółem: 68,5g</li><li>• Nasycone kwasy tłuszczowe: 335,3g</li><li>• Węglowodany ogółem: 28,9g</li><li>• Cukry: 110,7g</li><li>• Błonnik pokarmowy: 34,1g</li><li>• Sód: 1588,1mg</li><li>• Sól: 3,97g</li></ul>