

15.06.2025 - Niedziela

	<p>I ŚNIADANIE</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kasza kukurydziana na mleku 300ml (A:MLE) • Szynka delikatesowa drobiowa 50g (A: GLU,SOJ,MLE) • Chleb zwykły pszenno-żytni 50g (A: GLU,SOJ) • Chleb razowy 1szt 25g (A: GLU) • Masło roślinne miękkie 15g • Pomidor plastry 70g • Sałata masłowa 10g • Herbata czarna z cukrem 250ml
	<p>II ŚNIADANIE</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jabłko 1szt. 150g
	<p>OBIAD</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zupa pieczarkowa z makaronem (korpus z kurczaka, włoszczyzna, pieczarki, makaron świderki, śmietanka, natka pietruszki, sól, pieprz naturalny, ziele angielskie, jarzynka naturalna) 350ml (A: MLE,SEL) • Filet drobiowy pieczony w sosie z natką pietruszki (pieś z kurczaka , bazylia, oregano, papryka słodka, natka pietruszki, śmietana, mąka pszenna, sól , pieprz czarny) 100/150g(A: GLU, MLE) • Ziemniaki z koperkiem 200g • Marchew gotowana plastry (marchew plastry, mąka pszenna, masło) 150g (A:GLU,MLE) • Kompot owocowy (jagoda, truskawka, czarna porzeczka, czerwona porzeczka, malina, jeżyna, cukier) 250ml
	<p>KOLACJA I</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pasta z jajka ze szczypiorkiem 80g (A: JAJ,GOR) • Chleb zwykły pszenno-żytni 50g (A: GLU,SOJ) • Chleb razowy 2szt 50g (A: GLU,) • Masło roślinne miękkie 15g • Ogórek świeży plastry 70g <ul style="list-style-type: none"> • Sałata masłowa 10g • Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 250ml (A;GLU,MLE)

	<p>KOLACJA II POSIŁEK WITAMINOWY Mus warzywno - owocowy(cukinia, kiwi, szpinak, jabłko, banan) 100g</p>
<p>DOBOWE WARTOŚCI ODŻYWCZE:</p>	<ul style="list-style-type: none">• Energia: 2 299,1kcal• Białko ogółem: 106,4g• Tłuszcz ogółem: 65,5g• Nasycone kwasy tłuszczowe: 25,8g• Węglowodany ogółem: 332,3g• Cukry:108,9g• Błonnik pokarmowy: 40g• Sód:1 380,8mg• Sól: 3,45g