

25.09.2025 - Czwartek



I ŚNIADANIE

- Kasza manna na mleku 300ml (A: GLU,MLE)
- Pasztet Jana wieprzowy 50g (A:GLU,SOJ,MLE,SEL,GOR,SO2)
- Chleb zwykły pszenno- żytni 2szt. 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

II ŚNIADANIE

- Maślanka z czarną porzeczką 200ml (A:MLE)



OBIAD

- Rosół z makaronem (kurczak, włoszczyzna, makaron, cebula, nać pietruszki, sól, pieprz) 350ml (A: GLU,SEL)
- Pałki z kurczaka pieczone w ziołach (pałki z kurczaka, majeranek, rozmaryn, oregano, papryka słodka, olej rzepakowy, sól, pieprz) 200g A:GLU,OZI,SOJ,MLE,SEL,SO2)
- Ziemniaki z koperkiem 200g
- Marchew oprószana (mąka pszenna ,masło, sól) 150g (A: GLU,MLE)
- Kompot owocowy (jagoda, truskawka, czarna porzeczka, czerwona porzeczka, malina, jeżyna, cukier) 250ml

KOLACJA I

- Szyńka wieprzowa szkolna 60g (A:GLU,SOJ,MLE)
- Chleb zwykły pszenno- żytni 2szt. 50g (A: GLU,SOJ)
- Chleb razowy 2szt. 50g (A: GLU)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Papryka paski 70g
- 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: 2372,9kcal • Białko ogółem: 95,1g • Tłuszcz ogółem: 93,2g • Nasycone kwasy tłuszczowe: 29,6g • Węglowodany ogółem: 304,5g • Cukry: 92,6g • Błonnik pokarmowy: 34,8g • Sód: 1228,2mg • Sól: 3,07g