

02.11.2025 - Niedziela

	<p>I ŚNIADANIE</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 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 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"> • Rosół z makaronem (korpus kurczaka, włoszczyzna, makaron, cebula, natka pietruszki, liść laurowy, ziele angielskie, sól, pieprz czarny) 350ml (A: GLU,SEL,JAJ) • Udko z kurczaka pieczone (udko z kurczaka, tymianek, bazylija, oregano, papryka słodka, olej, sól, pieprz czarny) 200g • Ziemniaki z koperkiem 200g • Marchew w plastrach (marchew plastry, mąka pszenna, masło, sól) 150g (A:GLU,MLE) • Kompot owocowy (aronia, śliwka, porzeczka czerwona, agrest, truskawka, cukier) 250ml
	<p>KOLACJA I</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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 masłowa 10g • Kawa zbożowa z mlekiem 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: 2433,7kcal• Białko ogółem: 104,7g• Tłuszcz ogółem: 73,3g• Nasycone kwasy tłuszczowe: 22,5g• Węglowodany ogółem: 345,3g• Cukry: 103,7g• Błonnik pokarmowy: 38,4g• Sód: 1397,2mg• Sól: 3,49g