

09.11.2025 - Niedziela

| | |
|--|---|
| | <p>I ŚNIADANIE</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml (A: GLU,MLE) • Ser żółty 50g (A: MLE) • Chleb zwykły 2szt 50g (A: GLU,SOJ) • Chleb razowy 1szt 25g (A: GLU) • Masło roślinne miękkie 15g • Papryka świeża 70g • Sałata 10g • Herbata czarna z cukrem 250ml |
| | <p>II ŚNIADANIE</p> <ul style="list-style-type: none"> • Galaretk truskawkowa z jogurtem naturalnym 220g (A: MLE) |
| | <p>OBIAD</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zupa pomidorowa z makaronem (korpus z kurczaka, włoszczyzna, koncentrat pomidorowy, makaron świderki, natka pietruszki, śmietanka, sól, pieprz czarny, liść laurowy, ziele angielskie) 350ml (A:GLU, JAJ, MLE,SEL) • Schab pieczony w sosie bazyliowym zabielanym śmietaną (schab wieprzowy, majeranek, papryka słodka, mąka pszenna, olej rzepakowy, sól , pieprz czarny, bazylia, śmietana) 100g/150ml (A: GLU, MLE, SEL) • Ziemniaki z koperkiem 200g • Surówka z kapusty pekińskiej, ogórka i marchewki z olejem(kapusta pekińska, marchew, ogórek, cebula, olej rzepakowy, natka pietruszki, sól) 150g • Kompot owocowy (aronia, śliwka, porzeczka czerwona, agrest, truskawka, cukier) 250ml |
| | <p>KOLACJA I</p> <ul style="list-style-type: none"> • Szyńka wieprzowa szkolna 60g (A: GLU,SOJ,MLE) • Chleb zwykły 2szt 50g (A: GLU,SOJ) • Chleb razowy 2szt 50g (A: GLU) • Masło roślinne miękkie 15g • Ogórek świeży 70g • Sałata masłowa 10g • Herbata czarna z cukrem 250ml |

| | |
|---|---|
| | <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: 1964,7kcal• Białko ogółem: 82,8g• Tłuszcz ogółem: 56,5g• Nasycone kwasy tłuszczowe: 20g• Węglowodany ogółem: 287,6g• Cukry: 69,8g• Błonnik pokarmowy: 29,5g• Sód: 1640,8mg• Sól: 4,10g |