

17.11.2025 - Poniedziałek



I ŚNIADANIE

- Zupa mleczna z domową zacierką (mleko, mąka pszenna, jajko, sól) 300ml (A: GLU, JAJ, MLE)
- Galareta drobiowa z zielonym groszkiem (filet z piersi kurczaka, włoszczyzna, groszek mrożony, żelatyna, natka pietruszki, sól, pieprz czarny) 150g (A: SEL)
- Chleb pszenno - żytni 2szt. 50g (A: GLU, SOJ)
- Chleb razowy 1szt. 25g (A: GLU)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Ogórek świeży plastry 70g
- Sałata masłowa 10g
- Herbata czarna z cukrem 250ml

II ŚNIADANIE

- Budyń waniliowy (mleko, budyń waniliowy, cukier) 200ml (A: MLE)



OBIAD

- Zupa ziemniaczana (korpus z kurczaka, włoszczyzna, natka pietruszki, ziemniaki, śmietanka, liść laurowy, ziele angielskie, sól, pieprz czarny) 350ml (A: MLE, SEL)
- Klopsik drobiowy gotowany w sosie koperkowym - gotowany (udko trybowane drobiowe, cebula, jajo, bułka wrocławska, mąka pszenna, włoszczyzna, koperek świeży, śmietanka, olej rzepakowy, sól, pieprz czarny) 100g/150ml (A: GLU, JAJ, MLE, SEL)
- Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew, sól) 150g
- Kasza jęczmienna 200g (A: GLU)
- Kompot owocowy (aronia, śliwka, porzeczka czerwona, agrest, truskawka, cukier) 250ml

KOLACJA I

- Szynka zielonogórska wieprzowa 20g (A: GLU, SOJ, MLE, SEL)
- Ser topiony 50g (A: MLE)
- Chleb pszenno - żytni 2szt. 50g (A: GLU, SOJ)
- Chleb razowy 2szt. 50g (A: GLU)
- Masło roślinne miękkie 15g
- Rzodkiew biała z natką pietruszki 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: 2115,6kcal • Białko ogółem: 98,7g • Tłuszcz ogółem: 56,8g • Nasycone kwasy tłuszczowe: 20,5g • Węglowodany ogółem: 311,8g • Cukry: 81g • Błonnik pokarmowy: 33,3g • Sód: 1660,6mg • Sól: 4,15g