

30.11.2025 - Niedziela

	I ŚNIADANIE • Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml (A:,MLE) • Szynka delikatesowa drobiowa 50g • Ser biały plaster 50g (A: MLE) • Chleb zwykły 50g (A: GLU,SOJ) • Chleb razowy 1szt. 25g (A: GLU) • Masło roślinne miękkie 15g • Pomidor 70g • Sałata masłowa 10g • Herbata czarna z cukrem 250ml
	II ŚNIADANIE • Jabłko 1szt
	OBIAD • Rosół z makaronem (korpus kurczaka, włoszczyzna, makaron gniazda, cebula, natka pietruszki, liść laurowy, ziele angielskie, sól, pieprz czarny) 350ml (A: GLU,JAJ,SEL) • Udko z kurczaka pieczone (udko z kurczaka, papryka słodka, bazylia, oregano, tymianek, olej rzepakowy, sól , pieprz czarny) 200g • Marchew w plastrach (marchew, mąka pszenna ,masło, sól) 150g (A: GLU,MLE) • Ziemniaki z koperkiem 200g • Kompot owocowy (aronia, śliwka, porzeczka czerwona, agrest, truskawka, cukier) 250ml
	KOLACJA I • Pasta z jajka ze szczypiorkiem, z majonezem 80g (A:JAJ,GOR) • Chleb zwykły 2szt. 50g (A: GLU,SOJ) • Chleb razowy 1szt. 50g (A: GLU) • Masło roślinne miękkie 15g • Ogórek świeży 70g • Sałata masłowa 10g • Kawa zbożowa na mleku 250ml(A: GLU,,MLE)

	KOLACJA II POSIŁEK WITAMINOWY Mus warzywno - owocowy(cukinia, kiwi, szpinak, jabłko, banan) 100g
DOBOWE WARTOŚCI ODŻYWCZE:	• Energia: 2347kcal • Białko ogółem: 110,4g • Tłuszcz ogółem: 66,4g • Nasycone kwasy tłuszczowe: 22g • Węglowodany ogółem: 335,3g • Cukry: 94g • Błonnik pokarmowy: 41g • Sód: 1427,9mg • Sól: 3,57g