

FUDEKO S.A. Spokojna 4, 81-549, Gdynia

Jadłospisy za okres od dnia 2023-09-30 do dnia 2023-10-09 KUCHNIA PRZEDWIOŚNIE

		Sniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2023-10-06 piątek	PODSTAWOWA OTWOCK	MAKARON NA MLEKU 350 ml (<i>GLU, MLE</i>) HERBATA B/CUKRU 250 ml CUKIER-DODATEK DO SŁODZENIA 22,5 g PIECZYWO MIESZANE 90 g (<i>GLU</i>) MASŁO JEDNOPORCJOWE 10 g (<i>MLE</i>) Szynka wieprzowa 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>) SER ŻÓŁTY 50 g (<i>MLE</i>) OGÓREK KISZONY 50 g	ZUPA JARZYNOWA 350 ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM 200 g RYBA SMAŻONA 100 g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>) SURÓWKA Z KISZONEJ KAPUSTY 100 g KOMPOT 250 ml	HERBATA B/CUKRU 250 ml CUKIER-DODATEK DO SŁODZENIA 22,5 g PIECZYWO MIESZANE 110 g (<i>GLU</i>) MASŁO JEDNOPORCJOWE 10 g (<i>MLE</i>) POŁĘDWICA SOPOCKA 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>) Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 50 g (<i>MLE</i>) PAPRYKA ŚWIEŻA 50 g	Energia [kcal] 2 582 Białko ogółem [g] 114,7 Tłuszcz [g] 81,7 Węglowodany ogółem [g] 374,4 suma cukrów prostych [g] 61 Błonnik pokarmowy [g] 33,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 32,5 Sód [mg] 5 364,2