

JADŁOSPIS NA 2024-09-17 (wtorek)

Dieta podstawowa - KOD 1

Śniadanie baton crunchy owocowy /Alergeny: 1/; indyk faszerowany /Alergeny: 1,3,6,9,10/; chleb zwykły /Alergeny: 1/; Chleb razowy /Alergeny: 1/; Ser biały ze szczyp., rzodkiewką i czarnuszką /Alergeny: 7/; Sałata /Alergeny: 7/; masło extra /Alergeny: 7/; Pomidor /Alergeny: 7/; Herbata

611 kcal Białko ogółem 19 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 10,89 g, Tłuszcz 24,47 g, w tym cukry 17,81 g, Węglowodany ogółem 82,73 g, Sód 588,55 mg, Błonnik pokarmowy 6,88 g

Obiad Smoothie ; ziemniaki-puree /Alergeny: 7/; jogurt owocowy /Alergeny: 7/; Policzki wieprzowe /Alergeny: 3,6,7/; Buraki ze śmietaną /Alergeny: 7/; Kompot śliwkowy ; Zupa owocowa z makaronem /Alergeny: 1/; kapusta kiszona gotowana /Alergeny: 7/

1111 kcal Białko ogółem 46,89 g, w tym cukry 55,47 g, Węglowodany ogółem 168,16 g, Błonnik pokarmowy 15,78 g, Tłuszcz 28,97 g, Sód 1366,11 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,42 g

Kolacja Chleb razowy /Alergeny: 1/; ser puszysty /Alergeny: 7/; chleb zwykły /Alergeny: 1/; papryka świeża /Alergeny: 7/; Herbata ; Ogórek zielony /Alergeny: 7/; masło extra /Alergeny: 7/; paszтет zapiekany z indykiem i warzywami /Alergeny: 7,3,9,10/

551 kcal Tłuszcz 24,6 g, Węglowodany ogółem 62,53 g, Sód 507,5 mg, Błonnik pokarmowy 8,12 g, Białko ogółem 20,07 g, w tym cukry 4,16 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 9,5 g

wieczorny posiłek sok pomidorowy /Alergeny: 1,3,6,9,10/

66 kcal Błonnik pokarmowy 3,63 g, Tłuszcz 0,66 g, Węglowodany ogółem 12,54 g, Sód 636,9 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 0,17 g