

05-12-2023 r.

WTOREK

Posilek	Śniadanie		II Śniadanie		Obiad - I posiłek		Obiad - II posiłek		Podwieczorek		Kolacja		Łącznie
Nazwa posiłku	<i>Zupa budyniowa</i>		<i>Chleb graham, masło, kawa inka, pasta z serdelki, schab na biało, sałata, jabłko</i>		<i>Zupa krupnik</i>		<i>Łopatka w sosie z ziemniakami i marchewką gotowaną, kompot</i>		<i>Biszkopty</i>		<i>Chleb graham, masło, kawa inka, sałata makaronowo-warzywna</i>		-
Waga posiłku [g]	350		640		400		700		50		520		2660
Składniki	Mleko, budyń		chleb graham, masło, kawa inka, mleko, serdelka, koncentrat pomidorowy, schab na biało, sałata, jabłko		bulion, marchew, seler, liść laurowy, ziele angielskie, jarzynka, pieprz, sól, magi, kasza jęczmienna, ziemniaki, koperek		kompot, ziemniaki, łopatka wieprzowa, marchewka, maka, natka pietruszki sól, śmietana, jarzynka		Biszkopty		chleb graham, masło, kawa inka, mleko, makaron, pomidor, majonez, pietruszka, sól		-
Alergeny	białko mleka, gluten		białko mleka, gluten		seler, gluten		białka mleka, gluten		gluten, jaja		jaja, białka mleka, gluten		-
Sposób obróbki posiłku	gotowanie		-		gotowanie		gotowanie		-		gotowanie		-
Przelicznik	w 100 g	w posiłku	w 100 g	w posiłku	w 100 g	w posiłku	w 100 g	w posiłku	w 100 g	w posiłku	w 100 g	w posiłku	w jadłospisie dziennym
Wartość energetyczna [kcal]	96,57	338,00	90,94	582,00	29,50	118,00	64,57	452,00	368,00	184,00	123,46	642,00	2316,00
Tłuszcz [g]	1,73	6,05	3,63	23,22	0,22	0,86	1,22	8,54	5,40	2,70	4,60	23,91	65,28
W tym kwasy tłuszczowe nasycone [g]	1,03	3,60	1,75	11,18	0,08	0,31	0,44	3,05	1,10	0,55	3,49	18,17	36,86
Węglowodany [g]	17,13	59,95	10,60	67,82	6,71	26,83	10,26	71,83	71,00	35,50	16,53	85,97	347,90
W tym cukry [g]	1,43	5,00	2,92	18,70	0,44	1,76	0,50	3,48	37,00	18,50	0,62	3,21	50,65
Białko [g]	2,96	10,35	3,81	24,40	0,75	3,00	3,59	25,13	9,50	4,75	3,66	19,04	86,67
Sól [g]	0,29	1,00	0,41	2,62	0,41	1,65	0,84	5,88	0,20	0,10	0,44	2,31	13,56
Błonnik [g]	0,30	1,05	1,50	9,58	1,01	4,03	0,53	3,69	4,00	2,00	1,64	8,51	28,86