

05-12-2023 r.
WTOREK

Posilek	Śniadanie		II Śniadanie		Obiad - I posilek		Obiad - II posilek		Kolacja		Łącznie
Nazwa posiłku	<i>Zupa budyniowa</i>		<i>Chleb pszenny, 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>Chleb pszenny, masło, kawa inka, sałata makaronowo-warzywna</i>		-
Waga posiłku [g]	350		640		400		700		520		2610
Składniki	Mleko, budyń		chleb pszenny, 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		chleb pszenny, masło, kawa inka, mleko, makaron, pomidor, majonez, pietruszka, sól		-
Alergeny	białko mleka, gluten		białko mleka, gluten		seler, gluten		białko mleka, gluten		jaja, białko 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 jadłospisie dziennym
Wartość energetyczna [kcal]	96,57	338,00	95,31	610,00	29,50	118,00	64,57	452,00	121,15	630,00	2148,00
Tłuszcz [g]	1,73	6,05	3,59	22,95	0,22	0,86	1,22	8,54	3,58	18,64	57,04
W tym kwasy tłuszczowe nasycone [g]	1,03	3,60	1,74	11,15	0,08	0,31	0,44	3,05	2,72	14,15	32,26
Węglowodany [g]	17,13	59,95	12,28	78,62	6,71	26,83	10,26	71,83	18,61	96,77	334,00
W tym cukry [g]	1,43	5,00	2,95	18,88	0,44	1,76	0,50	3,48	0,65	3,39	32,51
Białko [g]	2,96	10,35	3,87	24,76	0,75	3,00	3,59	25,13	3,69	19,20	82,44
Sól [g]	0,29	1,00	0,42	2,66	0,41	1,65	0,84	5,88	0,45	2,35	13,54
Błonnik [g]	0,30	1,05	0,98	6,25	1,01	4,03	0,53	3,69	1,00	5,18	20,20