

30-10-2023 r.
PONIEDZIAŁEK

Posilek	Śniadanie		II Śniadanie		Obiad - I posiłek		Obiad - II posiłek		Kolacja		Łącznie
Nazwa posiłku	<i>plátky kukurydziane na mleko</i>		chleb pszenny,masło,paszтетowa,sałata,pomidor,kawa zbożowa		ziemniaczanka na biodrówce		Ryż z jabłkiem		chleb pszenny,masło,mielonka wieprzowa,dżem,kawa zbożowa		-
Waga posiłku [g]	450		540		400		250		540		2180
Składniki	mleko2%,plátky kukurydziane		chleb pszenny,masło,paszтетowa,sałata,pomidor,kawa zbożowa		biodrówka,bulion, jarzynka,marchew,seler,ziemniaki,śmietana,sól,liść,ziele ang.mąka,koper		ryż , jabłko		chleb pszenny,masło,mielonka wieprzowa,dżem,kawa zbożowa		-
Alergeny	laktoza		sezam,laktoza,gluten		gluten,seler,białko mleka		białko mleka		sezam,laktoza,gluten		-
Sposób obróbki posiłku	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]	86,89	391,00	150,00	810,00	79,00	316,00	150,00	375,00	99,81	539,00	2431,00
Tłuszcz [g]	2,06	9,25	6,49	35,07	1,69	6,75	1,36	3,41	4,38	23,65	78,13
W tym kwasy tłuszczowe nasycone [g]	1,13	5,07	3,25	17,56	0,57	2,27	0,65	1,62	2,66	14,39	40,91
Węglowodany [g]	13,64	61,40	18,88	101,95	12,96	51,85	30,16	75,41	12,56	67,84	358,45
W tym cukry [g]	0,78	3,50	5,84	31,54	0,80	3,19	2,01	5,03	2,25	12,15	55,41
Białko [g]	3,84	17,30	4,01	21,66	3,58	14,31	3,97	9,92	3,16	17,07	80,26
Sól [g]	0,32	1,46	0,43	2,31	0,31	1,25	0,40	0,99	0,34	1,84	7,85
Blonnik [g]	0,73	3,30	2,38	12,86	1,35	5,39	1,38	3,45	0,62	3,33	28,33