

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 UCK

		1	2	3	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-07-29 poniedziałek	Podstawa Dzieci UCK	Platki jęczmienne gotowane na mleku . 300 ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE) Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 250 ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE) Chleb zwykły 65 g (1 GLU, 1 ŻYT) Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) cukier 5g ADM 1 szt Ogórek zielony 50 g filet zapiekany Giżewski 40 g (6 SOJ) Brzoskwinia 1 szt Ser żółty Maluta 40 g (7 MLE) szpinak baby 10 g	Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ) Papryka zielona 50 g	Kapuśniak z kapusty kiszzonej [^] 350 ml (1 GLU, 9 SEL) Ryż brązowy z duszonymi jabłkami, cynamonem i rodzynkami [^] 300 g (1 GLU, 5 ORZ, 6 SOJ, 11 SEZ) Surówka marchewka z ananasem [^] 120 g Galaretka Zott 175g 1 szt	Schab Cygański Dobra Marka 40 g Jajo 1 szt (3 JAJ) Bułka mała 50g Popowicka 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Sok owocowy Wosanka 1 szt cukier 5g ADM 1 szt Papryka czerwona 50 g	Antybaton Łowicz Crunchy Wafel 1 szt (5 ORZ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 388,1 Białko ogółem [g] 101,1 Tłuszcz [g] 65 Węglowodany przyswajalne [g] 325,2 Sód [mg] 1 212,3 Błonnik pokarmowy [g] 47,6 suma cukrów prostych [g] 124,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,5
	Łatwostrawna Dzieci UCK	Platki jęczmienne gotowane na mleku . 300 ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE) Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 250 ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE) Bułka mała 50g Popowicka 1 szt (1 GLU) Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) cukier 5g ADM 1 szt filet zapiekany Giżewski 40 g (6 SOJ) Pomidory cherry 50 g Brzoskwinia 1 szt Ser biały plaster Bieruński 40 g (7 BIA, 7 MLE) szpinak baby 10 g	Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ) Pomidory cherry 50 g	Zupa ziemniaczana [^] 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Ryż z duszonymi jabłkami, cynamonem i rodzynkami [^] 300 g (1 GLU, 5 ORZ, 6 SOJ, 11 SEZ) Surówka marchewka z ananasem [^] 120 g Galaretka Zott 175g 1 szt	Pomidory cherry 50 g Schab Cygański Dobra Marka 40 g Jajo 1 szt (3 JAJ) Bułka mała 50g Popowicka 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Sok owocowy Wosanka 1 szt cukier 5g ADM 1 szt	Antybaton Łowicz Crunchy Wafel 1 szt (5 ORZ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 333,3 Białko ogółem [g] 91,5 Tłuszcz [g] 56,6 Węglowodany przyswajalne [g] 345,3 Sód [mg] 784,8 Błonnik pokarmowy [g] 39,3 suma cukrów prostych [g] 123,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,6
2024-07-30 wtorek	Podstawa Dzieci UCK	Zacierka na mleku . 300 ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE) Herbata bez cukru 250 ml Chleb zwykły 65 g (1 GLU, 1 ŻYT) Rzodkiewka 50 g Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Schab na kartki Nikpol 40 g cukier 5g ADM 1 szt Banan 1 szt Pasta z sera, ogórka i koperku [^] 60 g (7 BIA, 7 MLE) Roszponka 10 g	Ciastko brownie Frank&Oli 1 szt (5 ORZ) Papryka zielona 50 g	Zupa botwinka [^] 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Galaretka Zott 175g 1 szt Filet z miruny pieczony 100 g (4 RYB, 10 GOR) Surówka z pora i jabłka [^] 120 g (7 BIA, 7 MLE, 10 GOR) Ziemniaki posypane koperkiem [^] 250 g (7 BIA, 7 MLE) Sos grecki- 40 g (1 GLU, 9 SEL, 10 GOR)	Szynka z zagrody Chabura 40 g (6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL) Ser topiony mix Sertop 1 szt (7 MLE) Bułka mała 50g Popowicka 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Sok owocowy Wosanka 1 szt Ogórek konserwowy . 50 g (10 GOR) cukier 5g ADM 1 szt	Jogurt owocowy w tubce bez cukru 1 szt (7 MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 597,6 Białko ogółem [g] 103,5 Tłuszcz [g] 63,8 Węglowodany przyswajalne [g] 374,6 Sód [mg] 1 094,7 Błonnik pokarmowy [g] 47,4 suma cukrów prostych [g] 129,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,5

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 UCK

2024-07-30 wtorek	Łatwostrawna Dzieci UCK	Zacierka na mleku . 300 ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE) Herbata bez cukru 250 ml Bułka mała 50g Popowicka 1 szt (1 GLU) Pomidory cherry 50 g Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Schab na kartki Nikpol 40 g cukier 5g ADM 1 szt Banan 1 szt Pasta z sera białego i papryki słodkiej^ 60 g (7 BIA, 7 MLE) Rozszponka 10 g	Ciastko brownie Frank&Oli 1 szt (5 ORZ) Pomidory cherry 50 g	Zupa botwinka^ 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Galaretki Zott 175g 1 szt Filet z miruny pieczony 100 g (4 RYB, 10 GOR) Kalańfort gotowany.^ 120 g Ziemniaki posypane koperkiem^ 250 g (7 BIA, 7 MLE) Sos grecki- 40 g (1 GLU, 9 SEL, 10 GOR)	Szynka z zagrody Chabura 40 g (6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL) Ser biały plaster Bieruński 40 g (7 BIA, 7 MLE) Bułka mała 50g Popowicka 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Sok owocowy Wosanka 1 szt Pomidory cherry 50 g cukier 5g ADM 1 szt	Jogurt owocowy w tubce bez cukru 1 szt (7 MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 479,6 Białko ogółem [g] 113,7 Tłuszcz [g] 54,4 Węglowodany przyswajalne [g] 363,2 Sód [mg] 430,3 Błonnik pokarmowy [g] 42,3 suma cukrów prostych [g] 121,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1
2024-07-31 środa	Podstawa Dzieci UCK	Platki owsiane gotowane na mleku . 300 ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE) Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 250 ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE) Chleb zwykły 65 g (1 GLU, 1 ŻYT) Papryka żółta 50 g Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Ser żółty Ostrowia 40 g (7 MLE) cukier 5g ADM 1 szt Morela 2 szt Mix sałat z burakiem 10 g Pyzdra szynkowa 40 g	Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI, 5 ORZ, 11 SEZ) Pomidory cherry 50 g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami.^ 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Ziemniaki młode posypane koperkiem^ 250 g (7 BIA, 7 MLE) Galaretki Zott 175g 1 szt Bitka schabowa pieczona^ 80 g Mizeria z ogórków^ 120 g (7 BIA)	Jajo 1 szt (3 JAJ) Schab Grzegorza Bieleś 40 g (6 SOJ) Bułka mała 50g Popowicka 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Sok owocowy Wosanka 1 szt Rzodkiewka 50 g cukier 5g ADM 1 szt	Mus owocowy z twarogiem Agiberia 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 366,5 Białko ogółem [g] 112,4 Tłuszcz [g] 71,4 Węglowodany przyswajalne [g] 295,7 Sód [mg] 747,9 Błonnik pokarmowy [g] 37,6 suma cukrów prostych [g] 100,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,6
2024-07-31 środa	Łatwostrawna Dzieci UCK	Platki owsiane gotowane na mleku . 300 ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE) Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 250 ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE) Bułka mała 50g Popowicka 1 szt (1 GLU) Pomidory cherry 50 g Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Serek naturalny Juliko 60 g cukier 5g ADM 1 szt Morela 2 szt Pyzdra szynkowa 40 g Mix sałat z burakiem 10 g	Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI, 5 ORZ, 11 SEZ) Pomidory cherry 50 g	Zupa selerowa z ziemniakami.^ 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Ziemniaki posypane koperkiem^ 250 g (7 BIA, 7 MLE) Galaretki Zott 175g 1 szt Szpinak. 120 g (7 BIA, 7 MLE) Bitka schabowa pieczona^ 80 g	Schab Grzegorza Bieleś 40 g (6 SOJ) Jajo 1 szt (3 JAJ) Bułka mała 50g Popowicka 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Sok owocowy Wosanka 1 szt Pomidory cherry 50 g cukier 5g ADM 1 szt	Mus owocowy z twarogiem Agiberia 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 475,7 Białko ogółem [g] 110,1 Tłuszcz [g] 72,6 Węglowodany przyswajalne [g] 317,5 Sód [mg] 575,9 Błonnik pokarmowy [g] 40,5 suma cukrów prostych [g] 105,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,7

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 UCK

2024-08-01 czwartek	Podstawa Dzieci UCK	Lane ciasto gotowane na mleku 300 g (7 BIA , 1 GLU , 3 JAJ , 7 MLE) Herbata bez cukru 250 ml Chleb zwykły 65 g (1 GLU , 1 ŻYT) Ogórek zielony 50 g Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA , 7 MLE) cukier 5g ADM 1 szt Ser biały plaster Bieruński 40 g (7 BIA , 7 MLE) Nektaryna 150 g rukola 10 g Szynka na kartki Nikpol 40 g	Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ) Pomidory cherry 50 g	Zupa grochowa z ziemniakami.^ 350 ml (1 GLU , 9 SEL) Ziemniaki posypane koperkiem^ 250 g (7 BIA , 7 MLE) Galaretka Zott 175g 1 szt Udziec z indyka pieczony^ 80 g Surówka z kapusty pekińskiej.^ 120 g sos curry 80 ml (7 BIA , 1 GLU , 7 MLE , 10 GOR)	Ser tostowy Lactima 2 szt (7 BIA) filet zapiekany Giżewski 40 g (6 SOJ) Bułka mała 50g Popowicka 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Sok owocowy Wosanka 1 szt cukier 5g ADM 1 szt Papryka czerwona 50 g	Babeczka stracciatella 1 szt (1 GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 917 Białko ogółem [g] 141,8 Tłuszcz [g] 78,7 Węglowodany przyswajalne [g] 362,2 Sód [mg] 779,5 Błonnik pokarmowy [g] 44,1 suma cukrów prostych [g] 82 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,5
	Łatwostrawna Dzieci UCK	Lane ciasto gotowane na mleku 300 g (7 BIA , 1 GLU , 3 JAJ , 7 MLE) Herbata bez cukru 250 ml Bułka mała 50g Popowicka 1 szt (1 GLU) Pomidory cherry 50 g Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA , 7 MLE) cukier 5g ADM 1 szt Ser biały plaster Bieruński 40 g (7 BIA , 7 MLE) Nektaryna 150 g rukola 10 g Szynka na kartki Nikpol 40 g	Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ) Pomidory cherry 50 g	Zupa koperkowa z ziemniakami.^ 350 ml (7 BIA , 1 GLU , 9 SEL) Ziemniaki posypane koperkiem^ 250 g (7 BIA , 7 MLE) Galaretka Zott 175g 1 szt Udziec z indyka pieczony^ 80 g Brokuły gotowane.^ 120 g sos curry 80 ml (7 BIA , 1 GLU , 7 MLE , 10 GOR)	Pasta z sera i koperku^ 60 g (7 BIA , 7 MLE) filet zapiekany Giżewski 40 g (6 SOJ) Bułka mała 50g Popowicka 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Sok owocowy Wosanka 1 szt cukier 5g ADM 1 szt Pomidory cherry 50 g	Babeczka stracciatella 1 szt (1 GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 659 Białko ogółem [g] 134,3 Tłuszcz [g] 68,9 Węglowodany przyswajalne [g] 336,3 Sód [mg] 488,3 Błonnik pokarmowy [g] 32,4 suma cukrów prostych [g] 85,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,2
2024-08-02 piątek	Podstawa Dzieci UCK	Ryż gotowany na mleku . 300 ml (7 BIA , 7 MLE) Kakao bez cukru 250 ml (7 BIA , 7 MLE) Chleb zwykły 65 g (1 GLU , 1 ŻYT) Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA , 7 MLE) cukier 5g ADM 1 szt Papryka żółta 50 g Pasta z sera i rzodkiewki^ 60 g (7 BIA , 7 MLE) Arbuz 150 g szpinak baby 10 g Schab Cygański Dobra Marka 40 g	Ciastko brownie Frank&Oli 1 szt (5 ORZ) Pomidory cherry 50 g	Zupa pomidorowa z ryżem^ 350 ml (7 BIA , 1 GLU , 9 SEL) Filet z dorsza pieczony^ 100 g (10 GOR) Ziemniaki posypane koperkiem^ 250 g (7 BIA , 7 MLE) Puree z groszku i świeżej mięty^ 120 g Galaretka Zott 175g 1 szt	Jajo 1 szt (3 JAJ) Szynka Grzegorza Bielez 40 g (6 SOJ) Bułka mała 50g Popowicka 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Sok owocowy Wosanka 1 szt cukier 5g ADM 1 szt Ogórek kiszony 50 g (10 GOR)	Antybaton Łowicz 1 szt (5 ORZ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 491,8 Białko ogółem [g] 120,9 Tłuszcz [g] 66,1 Węglowodany przyswajalne [g] 332 Sód [mg] 808,6 Błonnik pokarmowy [g] 42,4 suma cukrów prostych [g] 101,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,8
	Łatwostrawna Dzieci UCK	Ryż gotowany na mleku . 300 ml (7 BIA , 7 MLE) Kakao bez cukru 250 ml (7 BIA , 7 MLE) Bułka mała 50g Popowicka 1 szt (1 GLU) Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA , 7 MLE) cukier 5g ADM 1 szt Pomidory cherry 50 g Pasta z sera i brokuł-Sc 60 g (7 BIA , 7 MLE) Arbuz 150 g szpinak baby 10 g Schab Cygański Dobra Marka 40 g	Ciastko brownie Frank&Oli 1 szt (5 ORZ) Pomidory cherry 50 g	Zupa pomidorowa z ryżem^ 350 ml (7 BIA , 1 GLU , 9 SEL) Filet z dorsza pieczony^ 100 g (10 GOR) Ziemniaki posypane koperkiem^ 250 g (7 BIA , 7 MLE) Puree z groszku i świeżej mięty^ 120 g Galaretka Zott 175g 1 szt sos cytrynowy 80 ml (7 BIA , 1 GLU)	Jajo 1 szt (3 JAJ) Szynka Grzegorza Bielez 40 g (6 SOJ) Bułka mała 50g Popowicka 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Sok owocowy Wosanka 1 szt cukier 5g ADM 1 szt Pomidory cherry 50 g	Antybaton Łowicz 1 szt (5 ORZ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 594,4 Białko ogółem [g] 125,1 Tłuszcz [g] 71,1 Węglowodany przyswajalne [g] 342,9 Sód [mg] 566,8 Błonnik pokarmowy [g] 39,8 suma cukrów prostych [g] 106,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 UCK

2024-08-03 sobota	Podstawa Dzieci UCK	Platki jęczmienne gotowane na mleku . 300 ml (1 GLU , 7 BIA , 7 MLE) Herbata bez cukru 250 ml Chleb zwykły 65 g (1 GLU , 1 ŻYT) Ogórek zielony 50 g Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA , 7 MLE) cukier 5g ADM 1 szt Ser biały plaster Bieruński 40 g (7 BIA , 7 MLE) Gruszka 150 g Mix sałat z burakiem 10 g Szyńka piastowska Kozłowski 40 g (6 SOJ)	Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI , 5 ORZ , 11 SEZ) Papryka czerwona 50 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami.^ 350 ml (7 BIA , 1 GLU , 9 SEL) Kasza pęczak gotowana 200 g Galaretka Zott 175g 1 szt Filet drobiowy pieczony^ 80 g Salatka z buraków, ogórka kiszzonego i cebuli^ 120 g (10 GOR) sos curry 80 ml (7 BIA , 1 GLU , 7 MLE , 10 GOR)	Pasta z sera i zielonej pietruszki^ 60 g (7 BIA , 7 MLE) Szyńka Grzegorza Bielez 40 g (6 SOJ) Bułka mała 50g Popowicka 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Sok owocowy Wosanka 1 szt cukier 5g ADM 1 szt Pomidory cherry 50 g	Jogurt owocowy w tubce bez cukru 1 szt (7 MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 297,7 Białko ogółem [g] 112,3 Tłuszcz [g] 52,3 Węglowodany przyswajalne [g] 326,6 Sód [mg] 928,9 Błonnik pokarmowy [g] 45,3 suma cukrów prostych [g] 99,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,8
	Łatwostrawna Dzieci UCK	Platki jęczmienne gotowane na mleku . 300 ml (1 GLU , 7 BIA , 7 MLE) Herbata bez cukru 250 ml Bułka mała 50g Popowicka 1 szt (1 GLU) Pomidory cherry 50 g Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA , 7 MLE) cukier 5g ADM 1 szt Ser biały plaster Bieruński 40 g (7 BIA , 7 MLE) Banan 1 szt Szyńka piastowska Kozłowski 40 g (6 SOJ) Mix sałat z burakiem 10 g	Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI , 5 ORZ , 11 SEZ) Pomidory cherry 50 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami.^ 350 ml (7 BIA , 1 GLU , 9 SEL) Kasza jęczmienna gotowana 200 g (1 GLU) Galaretka Zott 175g 1 szt Filet drobiowy pieczony^ 80 g Buraczki gotowane oprószone^ 120 g (1 GLU) sos curry 80 ml (7 BIA , 1 GLU , 7 MLE , 10 GOR)	Pasta z sera i zielonej pietruszki^ 60 g (7 BIA , 7 MLE) Szyńka Grzegorza Bielez 40 g (6 SOJ) Bułka mała 50g Popowicka 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Sok owocowy Wosanka 1 szt cukier 5g ADM 1 szt Pomidory cherry 50 g	Jogurt owocowy w tubce bez cukru 1 szt (7 MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 486,1 Białko ogółem [g] 115,2 Tłuszcz [g] 60,5 Węglowodany przyswajalne [g] 353,3 Sód [mg] 687,5 Błonnik pokarmowy [g] 42,9 suma cukrów prostych [g] 123,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,4
2024-08-04 niedziela	Podstawa Dzieci UCK	Kasza manna gotowana na mleku. 300 ml (7 BIA , 1 GLU , 7 MLE) Herbata bez cukru 250 ml Chleb zwykły 65 g (1 GLU , 1 ŻYT) Rzodkiewka 50 g Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA , 7 MLE) Kielbaska goleszowska 2 szt (1 GLU , 3 JAJ , 6 SOJ , 7 MLE , 9 SEL , 10 GOR) Ketchup 25g 1 szt cukier 5g ADM 1 szt Jabłko Idared 1 szt 1 szt Serek naturalny Juliko 60 g Roszponka 10 g	Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ) Ogórek zielony 50 g	Rosół z makaronem^ 350 ml (1 GLU , 9 SEL) Bitka z szynki pieczona w sosie własnym^ 80 g Ziemniaki posypane koperkiem^ 250 g (7 BIA , 7 MLE) Surówka z kapusty czerwonej.^ 120 g Galaretka Zott 175g 1 szt	Szyńka krucha z pieca Bielez 40 g Bułka mała 50g Popowicka 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Sok owocowy Wosanka 1 szt Papryka czerwona 50 g cukier 5g ADM 1 szt Ser biały plaster Bieruński 40 g (7 BIA , 7 MLE)	Mus owocowy z twarogiem Agiberia 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 697,3 Białko ogółem [g] 111,2 Tłuszcz [g] 96,3 Węglowodany przyswajalne [g] 324,6 Sód [mg] 632,2 Błonnik pokarmowy [g] 38 suma cukrów prostych [g] 107,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,4

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 UCK

2024-08-04 niedziela	Łatwostrawna Dzieci UCK Kasza manna gotowana na mleku. 300 ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE) Herbata bez cukru 250 ml Bułka mała 50g Popowicka 1 szt (1 GLU) Pomidory cherry 50 g Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Kielbaska goleszowska 2 szt (1 GLU, 3 JAJ, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR) Ketchup 25g 1 szt cukier 5g ADM 1 szt Jabłko Idared 1 szt 1 szt Serek naturalny Juliko 60 g Roszponka 10 g	Ciastko jaglane Frank&Óli 1 szt (5 ORZ) Pomidory cherry 50 g	Rosół z makaronem^ 350 ml (1 GLU, 9 SEL) Bitka z szynki pieczona w sosie własnym^ 80 g Ziemniaki posypane koperkiem^ 250 g (7 BIA, 7 MLE) bukiet warzyw gotowany^ 120 g Galaretka Zott 175g 1 szt	Szynka krucha z pieca Bielesz 40 g Bułka mała 50g Popowicka 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Sok owocowy Wosanka 1 szt Pomidory cherry 50 g cukier 5g ADM 1 szt Ser biały plaster Bieruński 40 g (7 BIA, 7 MLE)	Mus owocowy z twarogiem Agiberia 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 540,5 Białko ogółem [g] 110 Tłuszcz [g] 83,1 Węglowodany przyswajalne [g] 319,3 Sód [mg] 325,3 Błonnik pokarmowy [g] 34,7 suma cukrów prostych [g] 102,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,6
----------------------	--	---	---	--	--	---