

## PONIEDZIAŁEK 12.05.2025 DZIEŃ WŁOSKI

**Spaghetti bolognes** – mięso wieprzowe z łopatki 80g , mąka **pełnoziarnista z pszenicy** twardej durum, **jaja** 100g, woda 40g, koncentrat pomidorowy 30% 10g, mąka **pszenna** 10g, przyprawy 5g, sól 5g, oregano 5 g- 255g

**Makaron razowy** – 80g

**Herbata malinowa** – woda, herbata malinowa – 250g

**Owoc** 1 szt.

**\*alergeny**

WO-533kcal- 58,6% dziennego zapotrzebowania

B-29,1g; W-78,8g; T-12,1g;

## PIĄTEK 16.05.2025

# SUCHY PROWIAN