

11 stycznia 2024 r.

Dieta lekkostrawna

ŚNIADANIE:

Kaszka manna na mleku 350 g (alergeny – 1,7)

Pasta z jajka i soi na sałacie 50 g (alergeny -3,6,7,9,10)

Blok drobiowy 30 g (alergeny -1,6,9,10)

Masło 15 g (alergen -7)

Chleb mieszany 170 g (alergen -1)

Kawa zbożowa 200 ml (alergen -1)



OBIAD:

Żurek z maślanki z ryżem 350 g (alergeny – 1,6,7,9,10)

Schab duszony w sosie własnym 150 g (alergeny -1,7,9,10)

Szpinak oprószony 100 g (alergeny -1,7)

Ziemniaki gotowane 230 g



KOLACJA:

Ser żółty 50 g (alergen -7)

Pasta z mięsa i soczewicy na sałacie 30 g (alergeny -1,6,7,9,10)

Masło 15 g (alergen -7)

Chleb mieszany 170 g (alergen -1)

Kawa zbożowa 200 ml (alergen -1)

POSIŁEK DODATKOWY:

Jabłko

WARTOŚCI DZIENNE:

Wartość energetyczna: 2350 kcal

Wartość odżywcza ogółem: białko ogółem 108,9 g, tłuszcz ogółem 80,9 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 37,6 g, węglowodany ogółem 315,1 g, w tym cukry 47,3 g, błonnik pokarmowy 37 g, sól 10,9 g