

14 stycznia 2024 r.

Dieta lekkostrawna

ŚNIADANIE:

Serdelka na gorąco 70 g (alergeny – 1,6,7,10)

Twaróg na sałacie 30 g (alergen -7)

Masło 15 g (alergen -7)

Chleb mieszany 170 g (alergen -1)

Kawa zbożowa z mlekiem 200 g (alergeny -1,7)

OBIAD:

Zupa makaronowa 350 g (alergeny -1,6,7,9,10)

Filet drobiowy duszony w sosie własnym (alergeny -1,6,7,9,9,10)

Marchew z fasolką i kalafiolem oprószana 100 g (alergen -1)

Ziemniaki gotowane 230 g

KOLACJA:

Ser żółty 50 g (alergen -7)

Szynka gotowana 30 g (alergeny -1,6,9,10)

Sałatka z selera naciowego i ogórka kiszzonego 50 g

Masło 15 g (alergen -7)

Chleb mieszany 170 g (alergen -1)

Kawa zbożowa 200 ml (alergen -1)

POSIŁEK DODTAKOWY:

Kisiel z jabłkiem 150 g

WARTOŚCI DZIENNE:

Wartość energetyczna: 2197 kcal

Wartość odżywcza ogółem: białko ogółem 94,7 g, tłuszcz ogółem 80,5 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 35,8 g, węglowodany ogółem 288,4 g, w tym cukry 29,9 g, błonnik pokarmowy 30,4 g sól 6,7 g