

**25 stycznia 2024 r.**

Dieta lekkostrawna

**ŚNIADANIE:**

Makaron na mleku 350 g (alergeny – 1,7)

Pasta z twarogu i chrzanu 50 g (alergen -7)

Jajko gotowane na sałacie 30 g (alergen -3)

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)

Gulasz ze schabu duszony w sosie własnym 200 g (alergeny -1,6,7,9,10)

Surówka z marchewki i jabłka 100 g

Ziemniaki 200 g



## **KOLACJA:**

Ser żółty 50 g (alergen -1,7)

Pasta z mięsa 30 g (1,6,9,10)

Sałatka z selera naciowego i ogórka kiszzonego 50 g (alergen -9)

Masło 15 g (alergen -7)

Chleb mieszany 170 g (alergen -1)

Kawa zbożowa 200 ml (alergen -1)

## POSIŁEK DODATKOWY:

Kisiel 150 g



## WARTOŚCI DZIENNE:

Wartość energetyczna: 2370 kcal

Wartość odżywcza ogółem: białko ogółem: 104,4 g, tłuszcz ogółem 85, 2 g, kwasy tłuszczowe ogółem 35,7 g, węglowodany ogółem 314 g, w tym cukry 49,8 g, błonnik pokarmowy 35, 6 g, sól 7 g