

4 luty 2024 r.

Dieta podstawowa

ŚNIADANIE:

Serdelka na gorąco na sałacie 90 g (alergeny -1, 6,9,10)

Pomidor 50 g

Chleb mieszany 120 g (alergen -1)

Chleb razowy 40 g (alergen -1)

Masło 15 g (alergen -1)

Kawa zbożowa z mlekiem 250 g (alergeny -1,7)

OBIAD:

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

Kotlet drobiowy 150 g (alergeny – 1,3)

Surówka z kapusty białej i pory 150 g

Ziemniaki 230 g

KOLACJA:

Ser żółty 50 g (alergen -7)

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

Chleb mieszany 120 g (alergen -1)

Chleb razowy 40 g (alergen -1)

Masło 15 g (alergen -7)

Kawa zbożowa 200 ml (alergen -1)

POSIŁEK DODATKOWY:

Budyń 150 g (alergeny -1,7)

WARTOŚCI DZIENNE:

Wartość energetyczna: 2355 kcal

Wartość odżywcza ogółem: białko ogółem 99,7 g, tłuszcz ogółem 87 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 35,1 g, węglowodany ogółem 312 g, w tym cukry 37,7 g, błonnik pokarmowy 36 g, sól 8,4 g