

**12 listopad 2023 r.**

Dieta podstawowa

**ŚNIADANIE:**

Serdelka na gorąco 70 g (alergeny – 1,9,10)

Ser hochland 18 g (alergen – 7)

Sałatka z sałaty i rzodkiewki z sosem winegret 50 g (alergeny -6,7,8,9,10)

Masło 15 g (alergen -7)

Chleb razowy 40 g (alergen – 1)

Chleb mieszany 120 g (alergen -1)

Herbata czarna z cukrem 200 ml

**OBIAD:**

Zupa pomidorowa z makaronem 350 g (alergeny - 1,7)

Kotlet devolay 100 g (alergeny - 1, 7,9,10)

Surówka z kapusty i pora na sałacie 100 g (alergeny -3,6,7,8,9,10)

Ziemniaki gotowane 250 g



### **KOLACJA:**

Szynka gotowana 30 g (alergeny - 9,10)

Twaróg 30 g (alergen -7)

Sałatka z sałaty i rukoli 50 g (alergeny – 9,10)



### **POSIŁEK DODATKOWY:**

Budyń 150 ml (alergen – 1,7)

### **WARTOŚCI DZIENNE:**

Wartość energetyczna: 2512 kcal

Wartość odżywcza ogółem: białko ogółem 101,4 g, tłuszcz 95,7 g, kwasy tłuszczowe nasycone 28,6 g, cukry ogółem 23 g, błonnik 21 g