

17 listopad 2023 r.

Dieta podstawowa

ŚNIADANIE:

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

Twaróg 50 g (alergen – 7)

Kiełbasa szynkowa na sałacie 30 g (alergeny – 6,9,10)

Chleb razowy (alergen -1)

Chleb mieszany (alergen -1)

Masło 15 g (alergen – 7)

Kawa zbożowa 200 ml (alergen -1)



OBIAD:

Zupa marchwiowa z parówką 350 g (alergeny – 1,7,8,9,10)

Ryż na mleku z sosem owocowym 100 g (alergeny – 1,7)



KOLACJA:

Pasta z makreli wędzonej i twarogu na sałacie 50 g (alergeny – 4,7)

Ogórek kiszony 1 szt,

Masło 15 g (alergen – 7)

Chleb razowy 40 g (alergen – 1)

Chleb mieszany 120 g (alergen -1)

Kawa zbożowa 200 g (alergen -1)



WARTOŚCI DZIENNE:

Wartość energetyczna: 2398 kcal

Wartość odżywcza ogółem: białko ogółem 96,6 g, tłuszcz 88,8 g, kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 30 g, cukier 20 g, sól 5,5 g