

17 grudnia 2023 r.

Dieta podstawowa

ŚNIADANIE:

Serdelka na gorąco 70 g (alergeny - 1,6,9,10)

Sałatka z sałaty, pomidora i ogórka kiszzonego z sosem winegret 50 g

Masło 15 g (alergen -7)

Chleb razowy 40 g (alergen -1)

Chleb mieszany (alergen -1)

Kawa zbożowa z mlekiem 200 ml (alergen -1, 7)

OBIAD:

Zupa pomidorowa z ryżem 350 g (alergeny – 1,6,7,9,10)

Kotlet drobiowy 100 g (alergeny – 1,3,7,9,10)

Surówka z białej kapusty i pora 100 g (alergeny – 1,3,6,7,8,9,10)

Ziemniaki z koperkiem 230 g

KOLACJA:

Pasztetowa podwędzana 50 g (alergeny 1,6,9,10)

Ser żółty 30 g (alergen -7)

Masło 15 g (alergen -7)

Sałatka z ogórka kiszzonego i pietruszki 50 g

Chleb razowy 40 g (alergen -1)

Chleb mieszany 120 g (alergen -1)

Kawa zbożowa 200 ml (alergen -1)

POSIŁEK DODATKOWY:

Jabłko 150 g

WARTOŚCI DZIENNE:

Wartość energetyczna: 2292 kcal

Wartość odżywcza ogółem: białko ogółem 85,3 g, tłuszcz ogółem 94,1 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 33,6 g, węglowodany ogółem 292 g, w tym cukry 35,5 g, błonnik pokarmowy 34,8 g, sól 6,3 g