

22 stycznia 2024 r.

Dieta lekkostrawna

ŚNIADANIE:

Ryż na mleku 350 g (alergen -7)

Kiełbasa szynkowa na sałacie 50 g (alergeny -1,6,9,10)

Dżem 25 g

Masło 15 g (alergen -7)

Chleb mieszany 170 g (alergen -1)

Kawa zbożowa 200 ml (alergen -1)



OBIAD:

Zupa jarzynowa 350 g (alergeny -1,6,7,9,10)

Makaron z mięsem, soją z sosem pomidorowym 200 g (alergeny -1,6,7,9,10)



KOLACJA:

Pasta z kurczaka 50 g (alergeny -6,7,9)

Miód 25 g

Sałatka z sałaty i pietruszki z sosem winegret 50 g

Masło 15 g (alergen -7)

Chleb mieszany 170 g (alergen -1)

Kawa zbożowa 200 ml (alergen -1)

POSIŁEK DODATKOWY:

Jabłko

WARTOŚCI DZIENNE:

Wartość energetyczna: 2307 kcal

Wartość odżywcza ogółem: białko ogółem 82,6 g, tłuszcz ogółem 76,4 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30 g, węglowodany ogółem 341,8 g, w tym cukry 53,6 g, błonnik pokarmowy 37,9 g, sól 6,9 g