

Jadłospis 25.11. 2023 r.

Dieta lekkostrawna

ŚNIADANIE:

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

Twaróg 50 g (alergen -7)

Jajko na sałacie 50 g (alergen -3)

Masło 15 g (alergen -7)

Chleb mieszany 160 g (alergen -1)

Kawa zbożowa 200 ml (alergen – 1)

OBIAD:

Zupa ziemniaczana z pietruszką 350 g (alergeny – 1,6,7,9,10)

Gulasz gotowany 100 g (alergeny -1,6.7.9.10)

Jarzyzny oprószane 100 (alergeny -1,9)

Kasza jęczmienna 100 g (alergen -1)

KOLACJA:

Blok drobiowy 50 g (alergeny 9,10)

Ser topiony 20 g (alergen -7)

Sałatka z pomidora 50 g

Masło 15 g (alergen -7)

Chleb mieszany 160 g (alergen -1)

Kawa zbożowa 200 ml (alergen -1)

POSIŁEK DODATKOWY:

Jabłko 170 g

WARTOŚCI DZIENNE:

Wartość energetyczna: 2381 kcal

Wartość odżywcza ogółem: białko ogółem 101,6 g, tłuszcz 89,1 g, kwasy tłuszczowe nasycone 28,2 g, węglowodany 275,4 g, błonnik pokarmowy 16 g, cukier 18g, sól 5 g