

26 stycznia 2024 r.

Dieta lekkostrawna

ŚNIADANIE:

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

Blok szynkowy 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 grysikowa 350 g (alergeny -1,6,9,10)

Pulpety z ryby gotowane w sosie pietruszkowym 200 g (alergeny -1,6,7,9,10)

Buraczki oprószone 100 g (alergen -1)

Ziemniaki 230 g



KOLACJA:

Parówka delikatesowa 70 g (alergeny -1,6,9,10)

Ser topiony 30 g (alergen -7)

Sałatka z sałaty, rzaodkiewki 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: 2387 kcal

Wartość odżywcza ogółem: białko ogółem 92 g, tłuszcz ogółem 87,2 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 35,4 g, błonnik pokarmowy 35 g, sól 9,3 g