

Jadłospis 28.11.2023 r.

Dieta lekkostrawna

ŚNIADANIE:

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

Blok drobiowy 50 g (alergeny – 6,7,9,10)

Dżem 25 g

Masło 15 g (alergen -7)

Chleb mieszany 160 g (alergen -1)

Kawa zbożowa 200 ml (alergen -1)



OBIAD:

Zupa ryżowa 350 g (alergeny – 1,6,9,10)

Klopsiki duszone w sosie własnym 160 (alergeny – 1,6,7,9,10)

Sałatka z buraczków 100 g

Ziemniaki 230 g



KOLACJA:

Ser żółty 50 g (alergen – 7)

Blok szynkowy 30 g (alergeny – 6,7,9,10)

Pomidor 50 g

Masło 15 g (alergen – 7)

Chleb mieszany 160 g (alergen – 1)

Kawa zbożowa 200 ml (alergen -1)



POSIŁEK DODATKOWY:

Jabłko 160 g

WARTOŚCI DZIENNE:

Wartość energetyczna: 2382 kcal

Wartość odżywcza ogółem: białko ogółem 94,4 g, tłuszcz 99 g, kwasy tłuszczowe nasycone 30 g, węglowodany 283,8 g, błonnik pokarmowy 14 g, cukier 12 g, sól 7,4 g