

**Jadłospis 30.11.2023 r.**

Dieta lekkostrawna

**ŚNIADANIE:**

Ryż na mleku 350 g (alergen -7)

Twaróg 50 g (alergen -7)

Miód 25 g

Masło 15 g (alergen -7)

Pomidor 50 g

Chleb mieszany 160 g (alergen – 1)

Kawa zbożowa 200 ml (alergen – 1)



**OBIAD:**

Krupnik 350 g (alergeny – 1,6,9,10)

Gulasz ze schabu w sosie 200 g (alergeny (1,6,9,10)

Szpinak gotowany 100 g (alergeny – 1,7)

Ziemniaki 230 g



### **KOLACJA:**

Parówka delikatesowa 70 g (alergeny – 6,9,10)

Serek hochland 18 g (alergen-7)

Sałatka z sałaty i rzodkiewki z sosem winegret 50 g

Masło 15 g (alergen -7)

Chleb mieszany 160 g (alergen -1)

Kawa zbożowa 200 ml (alergen -1)

### **POSIŁEK DODATKOWY:**

Mandarynka 60 g

### **WARTOŚCI DZIENNE:**

Wartość energetyczna: 2409 kcal

Wartość odżywcza ogółem: białko 95,3 g, tłuszcz 107 g, kwasy tłuszczowe nasycone 29,9 g, węglowodany ogółem 274 g, cukry 25,6 g, błonnik pokarmowy 14,3 g, sól 3,6 g

