

Dieta lekkostrawna

| śniadanie                                                                                                   | porcja        | alergeny          |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|-------------------|
| Płatki owsiane na mleku (• mleko w proszku • płatki owsiane)                                                | 300ml         | Gluten, Laktoza   |
| Herbata, cukier, marmolada (• herbata ekspresowa • cukier kryształ • marmolada wieloowocowa)                | 200ml/15g/15g |                   |
| Pieczywo mieszane (• chleb mieszany • chleb razowy)                                                         | 150g          | Gluten            |
| Mix pasłębki (• mix pasłębki)                                                                               | 15g           | Laktoza           |
| Pasta z twarogu i makreli wędzonej (• twaróg • makrela wędzona • cebula • śmietana • majonez • szczypiorek) | 60g           | Gorczyca, Laktoza |
| Polędwica sopocka (• polędwica sopocka)                                                                     | 50g           |                   |
| Pomidor z rzodkiewką (• pomidor • rzodkiewka)                                                               | 100g          |                   |

| obiad                                                             | porcja | alergeny             |
|-------------------------------------------------------------------|--------|----------------------|
| Rosół z makaronem (• marchew • seler • makaron nitki)             | 450ml  | Gluten, Jajko, Seler |
| Udło gotowane (• udło drobiowe)                                   | 220g   |                      |
| Ziemniaki (• ziemniaki)                                           | 150g   |                      |
| Marchewka oprószana (• marchew • mąka pszenna • śmietana)         | 100g   | Gluten, Laktoza      |
| Kompót owocowy (• jabłko • cukier kryształ • mieszanka kompotowa) | 200ml  |                      |

| kolacja                                                                                                                                                                   | porcja        | alergeny |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|----------|
| Herbata, cukier, marmolada (• herbata ekspresowa • cukier kryształ • marmolada wieloowocowa)                                                                              | 200ml/15g/15g |          |
| Pieczywo mieszane (• chleb mieszany • chleb razowy)                                                                                                                       | 150g          | Gluten   |
| Mix pasłębki (• mix pasłębki)                                                                                                                                             | 15g           | Laktoza  |
| Salatka z kurczakiem i przyprawą gyros (• kukurydza konserwowa • filet drobiowy • kapusta pekińska • ogórek konserwowy • majonez • przyprawa do gyrosa • keczup • cebula) | 150g          | Gorczyca |
| Kiełbasa szynkowa wieprzowa (• kiełbasa szynkowa)                                                                                                                         | 60g           |          |
| Jogurt naturalny (• jogurt naturalny)                                                                                                                                     | 1szt          |          |

| Wartość energetyczna | Białka | Tłuszcze | Tłuszcze nasycone | Węglowodany | w tym cukry | Błonnik | Sód  |
|----------------------|--------|----------|-------------------|-------------|-------------|---------|------|
| kcal                 | g      | g        | g                 | g           | g           | g       | g    |
| 2459                 | 128,12 | 92,54    | 33,42             | 270,31      | 52,3        | 22,78   | 6,35 |

-----  
Kierownik żywienia