

Dieta lekkostrawna

śniadanie	porcja	alergeny
Herbata, cukier, marmolada (• herbata ekspresowa • cukier kryształ • marmolada wieloowocowa)	200ml/15g/15g	
Pieczywo mieszane (• chleb mieszany • chleb razowy)	150g	Gluten
Mix pasłeczki (• mix pasłeczki)	15g	Laktoza
Jajko gotowane ze szczypiorkiem (• jajko • szczypiorek)	1szt	Jajko
Kiełbasa drobiowa (• kiełbasa drobiowa)	40g	
Indyk w galarecie (• indyk w galarecie)	50g	
Salatka z pomidora i oliwek (• pomidor • oliwki • oliwa z oliwek • zioła prowansalskie)	100g	
Salata zielona (• salata zielona)	10g	

obiad	porcja	alergeny
Zupa ryżowa z groszkiem zielonym (• kości drobiowe • marchew • seler • ryż • groszek konserwowy)	450ml	Seler
Roladka ze schabu z warzywami (• schab (mięso wieprzowe) • marchew • seler)	100g	Seler
Ziemniaki (• ziemniaki)	150g	
Buraki z jabłkiem (• buraki • jabłko • ocet)	100g	
Kompot 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 pasłeczki (• mix pasłeczki)	15g	Laktoza
Salatka jarzynowa (• marchew • seler • jabłko • śmietana • groszek konserwowy • ogórek konserwowy • majonez • jajko • ziemniaki)	200g	Gorczyca, Jajko, Laktoza, Seler
Polędwica sopocka (• polędwica sopocka)	40g	
Serek z roszpunką (• serek • roszpunka)	40g	Laktoza
Salata zielona (• salata zielona)	10g	
Arbuz (• arbuz)	100g	

Wartość energetyczna	Białka	Tłuszcze	Tłuszcze nasycone	Węglowodany	w tym cukry	Błonnik	Sód
kcal	g	g	g	g	g	g	g
2066	86,29	67,52	30,1	301,09	39,51	31,44	8,15

Kierownik żywienia