

Dieta podstawowa

śniadanie	porcja	alergeny
Kasza manna na mleku (• mleko w proszku • kasza manna)	300 ml	Gluten, Laktoza
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
Ser żółty (• ser żółty)	40g	Laktoza
Szynka wieprzowa (• szynka)	50g	Gluten
Salata lodowa z oliwą z fetą (• salata lodowa • oliwa z oliwek • musztarda francuska • ser feta • zioła prowansalskie)	100g	Gorczyca, Laktoza
Kiwi (• kiwi)	1szt	

obiad	porcja	alergeny
Zupa jarzynowa czysta z ziemniakami (• kości drobiowe • marchew • seler • jarzyny mrożone • ziemniaki)	450ml	Seler
Filet z kurczaka w sosie brokułowo śmietanowym (• filet drobiowy • cebula • mąka pszenna • brokuł • śmietana 30%)	90g	Gluten, Laktoza
Ryż na sypko (• ryż • margaryna mleczna)	150g	Laktoza
Salatka pekińska z fasolką czerwoną (• kapusta pekińska • fasolka czerwona • cebula • majonez • jabłko • marchew)	100g	Gorczyca
Woda z cytryną (• cytryna)	200ml	

kolacja	porcja	alergeny
Herbata, cukier (• herbata ekspresowa • cukier kryształ)	200ml/15g	
Pieczywo mieszane (• chleb mieszany • chleb razowy)	150g	Gluten
Mix pasłeczki (• mix pasłeczki)	15g	Laktoza
Barszcz czysty (• kości drobiowe • marchew • seler • buraki • ocet • koncentrat buraczany)	250ml	Seler
Paszteciki drożdżowe z mięsem (• mięso gulaszowe wieprzowe • mąka pszenna • jajko • mleko w proszku • margaryna mleczna • drożdże • kminek)	200g	Gluten, Jajko, Laktoza
Ser mozzarella z pomidorem i oliwą (• ser mozzarella • pomidor • oliwa z oliwek • zioła prowansalskie • salata zielona)	140g	Laktoza
Miód (• miód porcjowany)	1szt	

Wartość energetyczna	Białka	Tłuszcze	Tłuszcze nasycone	Węglowodany	w tym cukry	Błonnik	Sód
kcal	g	g	g	g	g	g	g
2432	104,63	95,56	40,55	337,68	25,59	28,18	3,69

Kierownik żywienia