

Dieta lekkostrawna

śniadanie	porcja	alergeny
Makaron na mleku (• mleko w proszku • makaron)	300ml	Gluten, Jajko, Laktoza
Herbata, cukier, marmolada (• herbata ekspresowa • cukier kryształ • marmolada wieloowocowa)	200ml/15g/15g	
Pieczynko mieszane (• chleb mieszany • chleb razowy)	150g	Gluten
Mix pasłeczki (• mix pasłeczki)	15g	Laktoza
Pasta z jajka gotowanego z kielkami (• jajko • chrzan tarto • majonez • śmietana • kielki • musztarda)	50g	Gorczyca, Jajko, Laktoza
Polędwica sopocka (• polędwica sopocka)	50g	
Salata zielona (• salata zielona)	10g	
Śliwki (• śliwki)	80g	

obiad	porcja	alergeny
Zupa grysikowa (• kości drobiowe • marchew • seler • kasza manna)	450ml	Gluten, Seler
Pieczynko ze schabu w sosie własnym (• schab (mięso wieprzowe) • mąka pszenna • sos do pieczenia)	90g	Gluten
Ziemniaki (• ziemniaki)	150g	
Surówka z selera i jabłka (• seler • jabłko • śmietana)	100g	Laktoza, Seler
Woda z cytryną (• cytryna)	200ml	

kolacja	porcja	alergeny
Herbata, cukier, marmolada (• herbata ekspresowa • cukier kryształ • marmolada wieloowocowa)	200ml/15g/15g	
Pieczynko mieszane (• chleb mieszany • chleb razowy)	150g	Gluten
Mix pasłeczki (• mix pasłeczki)	15g	Laktoza
Salatka z tuńczyka (• tuńczyk • salata lodowa • cebula • ogórek konserwowy)	100g	
Twaróg krojony z rozpuską i oliwą (• rozpuska • twaróg • oliwa z oliwek • zioła prowansalskie)	50g	Laktoza
Kiełbasa sucha z fileta (• kiełbasa drobiowa sucha)	30g	
Rogalik drożdżowy (• mąka pszenna • drożdże • margaryna mleczna • cukier kryształ • mleko w proszku • jajko • cukier wanilinowy)	1szt	Gluten, Jajko, Laktoza
Salata zielona (• salata zielona)	10g	

Wartość energetyczna	Białka	Tłuszcze	Tłuszcze nasycone	Węglowodany	w tym cukry	Błonnik	Sód
kcal	g	g	g	g	g	g	g
2329	107,64	62,13	27,05	302,07	42,54	27,96	4,65

Kierownik żywienia