

Dieta lekkostrawna

śniadanie	porcja	alergeny
Ryż na mleku (• mleko w proszku • ryż)	300ml	Laktoza
Herbata, cukier, marmolada (• herbata ekspresowa • cukier kryształ • marmolada wieloowocowa)	200ml/15g/15g	
Mix pasłeczki (• mix pasłeczki)	15g	Laktoza
Pieczywo mieszane (• chleb mieszany • chleb razowy)	150g	Gluten
Serek z kielkami (• serek • kielki)	40g	Laktoza
Pasztet pieczony (• pasztet pieczony)	50g	
Salatka z ogórka kiszzonego i cebuli (• ogórek kiszony • cebula • olej rzepakowy)	70g	

obiad	porcja	alergeny
Zupa krem z białych warzyw z grzanką (• kości drobiowe • kalafior • seler • ziemniaki • śmietana 30% • weka)	300ml	Gluten, Laktoza, Seler
Zraz mielony (• mięso gulaszowe wieprzowe • jajko • mąka pszenna • olej rzepakowy • cebula)	100g	Gluten, Jajko
Ziemniaki (• ziemniaki)	150g	
Marchewka oprószana (• marchew • mąka pszenna • śmietana)	100g	Gluten, Laktoza
Woda z cytryną (• cytryna)	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
Bulion drobiowy z mięsem i makaronem (• podudzie z drobiu • makaron • marchew • seler)	300ml	Gluten, Jajko, Seler
Ser żółty (• ser żółty)	50g	Laktoza
Salatka z pomidora i ogórka (• pomidor • ogórek świeży • cebula)	100g	
Arbuz (• arbuz)	100g	

Wartość energetyczna	Białka	Tłuszcze	Tłuszcze nasycone	Węglowodany	w tym cukry	Błonnik	Sód
kcal	g	g	g	g	g	g	g
2435	105,76	101,98	48,19	279,64	37,38	23,07	6,03

Kierownik żywienia