

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
Salatka z makaronem ryżowym (• makaron ryżowy • ogórek świeży • papryka czerwona • kukurydza konserwowa • majonez)	200g	Gluten, Gorczyca
Polędwica sopocka (• polędwica sopocka)	60g	
Salata zielona (• salata zielona)	10g	
Kiwi (• kiwi)	1szt	

obiad	porcja	alergeny
Krupnik z kaszy jęczmiennej (• kości drobiowe • marchew • seler • kasza jęczmienna)	450ml	Gluten, Seler
Ryba duszona w jarzynach (• ryba mrożona • marchew • seler • mąka pszenna)	100g	Gluten, Seler
Ziemniaki (• ziemniaki)	150g	
Buraki z chrzanem (• buraki • chrzan tarty • 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 pasłębki (• mix pasłębki)	15g	Laktoza
Naleśniki z serem (• mleko w proszku • mąka pszenna • olej rzepakowy • jajko • twaróg • cukier kryształ • cukier puder • cukier wanilinowy)	200g	Gluten, Jajko, Laktoza
Kiełbasa szynkowa wieprzowa (• kiełbasa szynkowa)	50g	
Pomidor, liść sałaty (• pomidor • sałata zielona)	100g	

Wartość energetyczna	Białka	Tłuszcze	Tłuszcze nasycone	Węglowodany	w tym cukry	Błonnik	Sód
kcal	g	g	g	g	g	g	g
2426	88,99	68,08	26,4	342,21	60,66	31,89	5,5

Kierownik żywienia