

Dieta lekkostrawna

śniadanie	porcja	alergeny
Kakao z mlekiem (• kakao • mleko w proszku)	200ml	Laktoza
Pieczywo mieszane (• chleb mieszany • chleb razowy)	150g	Gluten
Masło extra (• masło extra)	15g	Laktoza
Twaróg krojony z roszpuką i oliwą (• twaróg • roszpuka • oliwa z oliwek • zioła prowansalskie)	70g	Laktoza
Kiełbasa sucha z fileta (• Kiełbasa sucha z fileta)	40g	
Salatka z pomidora i oliwek (• pomidor • oliwki • oliwa z oliwek • zioła prowansalskie)	100g	
Salata zielona (• sałata zielona)	10g	
Jabłko (• jabłko)	1szt	

obiad	porcja	alergeny
Zupa pomidorowa czysta z zacierką (• marchew • seler • kości drobiowe • koncentrat pomidorowy • makaron zacierka)	450ml	Gluten, Jajko, Seler
Filet z kurczaka duszony w sosie jarzynowym (• filet drobiowy • marchew • seler • cebula • mąka pszenna)	90g	Gluten, Seler
Ziemniaki (• ziemniaki)	150g	
Mizeria ze śmietaną (• ogórek świeży • śmietana)	100g	Laktoza
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
Masło extra (• masło extra)	15g	Laktoza
Spaghetti z mięsem (• makaron do spaghetti • mięso gulaszowe wieprzowe • sos boloński do spaghetti • koncentrat pomidorowy • cebula • olej rzepakowy)	150g	Gluten, Jajko
Ser żółty (• ser żółty)	40g	Laktoza
Salatka pekińska z fasolką czerwoną i oliwą (• kapusta pekińska • fasolka czerwona • cebula • jabłko • marchew • oliwa z oliwek)	100g	

Wartość energetyczna	Białka	Tłuszcze	Tłuszcze nasycone	Węglowodany	w tym cukry	Błonnik	Sód
kcal	g	g	g	g	g	g	g
2661	123,91	126,85	55,69	308,2	39,36	25,29	3,68

Kierownik żywienia