

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
Masło extra (• masło extra)	15g	Laktoza
Tuńczyk (• tuńczyk • ogórek konserwowy • cebula)	50g	
Kiełbasa szynkowa wieprzowa (• kiełbasa szynkowa)	50g	
Salatka z papryki (• papryka czerwona • cebula • oliwa z oliwek • jabłko)	100g	
Klementynka (• klementynka)	1 szt	

obiad	porcja	alergeny
Krupnik z kaszy jęczmiennej (• kości drobiowe • marchew • seler • kasza jęczmienna)	450ml	Gluten, Seler
Kotlet schabowy (• schab (mięso wieprzowe) • jajko • olej rzepakowy • bułka tarta • mąka pszenna)	100g	Gluten, Jajko
Ziemniaki (• ziemniaki)	150g	
Mizeria ze śmietaną (• ogórek świeży • śmietana)	100g	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
Masło extra (• masło extra)	15g	Laktoza
Bulion drobiowy z mięsem i makaronem (• podudzie z drobiu • makaron • marchew • seler)	300ml	Gluten, Jajko, Seler
Polędwica sopocka (• polędwica sopocka)	50g	
Salatka z pomidora i ciecierzycy (• pomidor • ciecierzycy w puszcze • oliwa z oliwek • sałata lodowa)	100g	
Kefir (• kefir)	1 szt	Laktoza

Wartość energetyczna	Białka	Tłuszcze	Tłuszcze nasycone	Węglowodany	w tym cukry	Błonnik	Sód
kcal	g	g	g	g	g	g	g
2298	125,68	96,66	32,28	274,04	47,48	24,58	5,83

Kierownik żywienia