

**9 stycznia 2024 r.**

Dieta lekkostrawna

**ŚNIADANIE:**

Ryż na mleku 350 g (alergen -7)

Blok drobiowy 50 (alergeny – 1, 6,9,10)

Miód 25 g

Pomidor 50 g

Masło 15 g (alergen -7)

Kawa zbożowa 200 ml (alergen -1)



**OBIAD:**

Zupa grysikowa 350 g (alergeny -1,6,7,9,10)

Pulpety drobiowo – wieprzowe gotowane w sosie własnym 150 g (alergeny – 1,3,6,7,9,10)

Buraczki gotowane oprószane 100 g (alergen -1)

Ziemniaki 230 g



### **KOLACJA:**

Parówka delikatesowa na gorąco 70 g (alergeny -1,6,9,10)

Sałatka z sałaty, ogórka kiszzonego, rzodkiewki z sosem winegret 100 g

Chleb mieszany 170 g (alergen -1)

Masło 15 g (alergen -7)

Kawa zbożowa 200 ml (alergen -1)



### **POSIŁEK DODATKOWY:**

Jogurt owocowy 150 g (alergen -7)

### **WARTOŚCI DZIENNE:**

Wartość energetyczna: 2206 kcal

Wartość odżywcza ogółem: białko ogółem 81,1 g, tłuszcz ogółem 96,9 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 36,7 g, węglowodany ogółem 265 g, w tym cukry 35,8 g, błonnik pokarmowy 27,2 g, sól 10,4 g