

**16 grudnia 2023 r.**

Dieta podstawowa

**ŚNIADANIE:**

Makaron na mleku 350 g (alergeny – 1, 7)  
Serek homogenizowany 150 g (alergen -7)  
Kiełbasa szynkowa 30 g (alergeny -1,6,9,10)  
Masło 15 g (alergen -7)  
Chleb razowy 40 g (alergen -1)  
Chleb mieszany 120 g (alergen -1)  
Kawa zbożowa 200 ml (alergen -1)

**OBIAD:**

Zupa ziemniaczana 350 g (alergeny – 1,6,7,9,10)  
Gulasz wieprzowy w jarzynach 200 (alergeny – 1,6,7,9,10)  
Kasza jęczmienna 100 g (alergen -1)

**KOLACJA:**

Blok drobiowy 50 g (alergeny – 1,6,9,10)  
Ser topiony 30 g (alergen -7)  
Sałatka sałaty z sosem winegret 50 g  
Masło 15 g (alergen -7)  
Chleb razowy 40 g (alergen – 1)  
Chleb mieszany 120 g (alergen -1)  
Kawa zbożowa 200 ml (alergen -1)

**POSIŁEK DODATKOWY:**

Budyń na mleku 150 g (alergen – 1,7)

**WARTOŚCI DZIENNE:**

Wartość energetyczna: 2436 kcal

Wartość odżywcza ogółem: białko ogółem 114, 7 g, tłuszcz ogółem 80g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2 g, węglowodany ogółem 328 g, w tym cukry 37 g, błonnik pokarmowy 28 g, sól 8,3 g