

**18 grudnia 2023 r.**

Dieta podstawowa

**ŚNIADANIE:**

Ryż na mleku 350 g (alergen -7)

Twaróg 50 g (alergen -7)

Szynka gotowana na sałacie 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 jarzynowa 350 g (alergeny – 1,6,7,9,10)

Potrąwka z soczewicą w sosie pomidorowym 100 g (alergeny – 1,6,7,9,10)

Makaron 100 g (alergen -1)



### **KOLACJA:**

Pasta z kurczaka na sałacie 50 g (alergeny – 6,9,10)

Serek homogenizowany 150 g (alergen -7)

Masło 15 g (alergen -7)

Chleb razwoy 40 g (alergen -1)

Chleb mieszany 120 g (alergen -1)

Kawa zbożowa 200 ml (alergen - 1)

### **POSIŁEK DODATKOWY:**

Kisiel z jabłkiem 150 g

### **WARTOŚCI DZIENNE:**

Wartość energetyczna: 2123 kcal

Wartość odżywcza ogółem: białko ogółem 102g , tłuszcz ogółem 61,6 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 27,1 g, węglowodany ogółem 302,6 g, w tym cukry 34,8, sól 5,6 g