

**22 grudnia 2023 r.**

Dieta podstawowa

**ŚNIADANIE:**

Makaron na mleku 350 g (alergeny -1,7)

Twaróg 50 g (alergen -7)

Jajko 0,5 szt. na sałacie (alergen -3)

Masło 15 g (alergen -7)

Chleb razowy 40 g (alergen -1)

Chleb mieszany (alergen -1)

Kawa zbożowa 200 ml (alergen -1)



**OBIAD:**

Zupa marchwiowa z parówką 350 g (alergeny – 1, 6,7,9,10)

Ryż na mleku z musem jabłkowym 150 g (alergen -1)



### **KOLACJA:**

Pasta z makreli wędzonej i twarogu na sałacie 50 (alergen -7)

Ser topiony hochland 20 g (alergen -7)

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:**

Kisiel z jabłkiem 150 g

## **WARTOŚCI DZIENNE:**

Wartość energetyczna: 2128 kcal

Wartość odżywcza ogółem: białko ogółem 80,3 g, tłuszcz ogółem 69,5 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 34,2 g, węglowodany ogółem 3 g, w tym cukry 54 g, błonnik pokarmowy 24 g, sól 6,3 g