

**23 listopad 2023 r.**

Dieta lekkostrawna

**ŚNIADANIE:**

Zupa mleczna zacierkowa 350 g (alergeny - 1,7)

Twaróg z koperkiem na sałacie 60 g (alergen -7)

Miód pszczeli 25 g

Chleb mieszany 160 g (alergen – 1)

Masło 15 g (alergen -7)

Kawa zbożowa 200 ml (alergen -1)



**OBIAD:**

Zupa dyniowa z ziemniakami 350 g (alergen – 1,6,7,9,10)

Potawka z kurczaka 100 g (alergeny -1,6,7,9,10)

Marchewka oprószana 100 g (alergen -1)

Ryż biały 100 g



## **KOLACJA:**

Ser żółty 50 g (alergeny -1,7)

Szynka gotowana na sałacie 30 g (alergeny -6,9,10)

Masło 15 g (alergen -7)

Chleb mieszany 160 g (alergen -1)

Kawa zbożowa (alergen -7)



**POSIŁEK DODATKOWY:**

Jogurt naturalny 150 g (alergen - 7)

**WARTOŚCI DZIENNE:**

Wartość energetyczna: 2397 kcal

Wartość odżywcza ogółem: białko ogółem 102,9 g, tłuszcz 89,5 g, kwasy tłuszczowe nasycone 30,4 g, węglowodany ogółem 301,8 g, błonnik pokarmowy 15 g, cukier 13 g, sól 5,6 g