

## Jadłospis Dieta Onkologiczna na dzień: 2023.11.06

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	masło82%	12,5
	twarożek z rzodkiewką	70g
	Płatki jęczmienne na mleku	300
	herbata	250ml
	sałata	20g
	pieczywo mieszane	90
	poledwica drobiowa	40
II śniadanie	Jogurt naturalny	150
obiad	ryz ciemny gotowany na sypko	200g
	napój owocowy	250ml
	Filet drobiowy gotowany	80
	sos jarzynowy	50ml
	Zupa koperkowa z ziemniakami	350
	sałata z jogurtem	100g
	podwieczorek	mus owocowy
kolacja	herbata	250ml
	pieczywo mieszane	90g
	masło	12,5
	kielbasa krakowska	40
	sałatka jarzynowa	150g
	sałata	20g

### Zestawienie składników odżywczych

**Alergeny:**

**Bułki grahamki, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Ser twarogowy półtłusty,**

Składnik	Jednostka	Zawartość w produktach
Energia (EER)	[kJ]	8 314,55
Energia (EER)	[kcal]	1 971,82
Białko ogółem	[g]	104,01
Tłuszcz	[g]	47,08
Węglowodany ogółem	[g]	285,61
Ogółem nasycone	[g]	23,16
Sacharoza	[g]	32,10
Błonnik pokarmowy	[g]	29,07
Sól	[g]	6,38