

Jadłospis Dieta Lekkostrawna na dzień: 2023.12.02

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	herbata	250g
	pieczywo pszenne	90g
	masło 82%	12,5g
	jogurt naturalny	150g
	kielbasa zielonogórska	40g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	jajko gotowane	50g
	zupa mleczna	300g
obiad	napój owocowy	250g
	kasza jęczmienna gotowana na sypko	200g
	pulpet drobiowo-wieprzowy gotowany	80g
	zupa koperkowa z ziemniakami	350g
	brokuł gotowany	150g
	sos jarzynowy	50g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	ser biały	60g
	potrawka drobiowa	100g
	sałatka z pomidorem, ogórkiem kwaszonym i oliwą	100g

Zestawienie składników odżywczych

Alergeny:

Bułki pszenne zwykłe, Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kajzerki, Kasza jęczmienna, perłowa, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 500, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty

Składnik	Jednostka	Zawartość w produktach
Energia (EER)	[kJ]	8 581,40
Energia (EER)	[kcal]	2 038,33
Białko ogółem	[g]	106,58
Tłuszcz	[g]	60,15
Węglowodany ogółem	[g]	267,94
Ogółem nasycone	[g]	29,88
Sacharoza	[g]	23,27
Błonnik pokarmowy	[g]	23,40
Sól	[g]	5,49