

Jadłospis Dieta Lekkostrawna na dzień: 2023.11.08

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	pieczywo pszenne	90g
	szynka drobiowa	40g
	Herbata	250g
	płatki jęczmienne na mleku	300ml
	herbata	250ml
	sałata	20g
	ser plaster topiony 2 szt	32,5
	masło 82%	12,5g
obiad	napój owocowy	250ml
	marchewka gotowana	150g
	gulasz gotowany z warzywami	90g
	Zupa burakowa z makaronem	350ml
kolacja	masło 82%	12,5
	jajko gotowane 1szt	50g
	kielbasa łopatkowa	40g
	jabłko	150g
	pieczywo pszenne	130
	masło82%	12,5

Zestawienie składników odżywczych

Alergeny:

Bułki pszenne zwykłe, Chleb pszenny, Jaja kurze całe, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu,

Składnik	Jednostka	Zawartość w produktach
Energia (EER)	[kJ]	7 904,54
Energia (EER)	[kcal]	1 877,26
Białko ogółem	[g]	77,76
Tłuszcz	[g]	49,98
Weglowodany ogółem	[g]	276,71
Ogółem nasycone	[g]	25,58
Sacharoza	[g]	37,66
Błonnik pokarmowy	[g]	26,82
Sól	[g]	6,50