

Jadłospis Dieta Lekkostrawna na dzień: 2023.11.24

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	szynka delikatesowa	45g
	serek śmietankowy	30g
	sałata	10g
	pomarańcza	80g
	płatki owsiane na mleku	300g
	pieczywo pszenne	90g
	masło 82%	12,5g
obiad	ziemniaki z koprem	250g
	pulpet gotowany na parze	80g
	zupa burakowa z makaronem	350g
	napój owocowy	250g
	sos koperkowy	50g
	marchewka gotowana	150g
kolacja	pieczywo pszenne	80g
	masło 82%	12,5
	ryz gotowany na sypko	180g
	sos truskawkowy	90g
	kiełbasa drobiowa	40g
	sałata	10g
	pomidor	80g

Zestawienie składników odżywczych

Alergeny:

Bułki pszenne zwykłe, Chleb pszenny, Jaja kurze całe, Kajzerki, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 500, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy,

Składnik	Jednostka	Zawartość w produktach
Energia (EER)	[kJ]	8 455,28
Energia (EER)	[kcal]	2 007,88
Białko ogółem	[g]	76,01
Tłuszcz	[g]	55,19
Węglowodany ogółem	[g]	308,06
Ogółem nasycone	[g]	30,75
Sacharoza	[g]	35,75
Błonnik pokarmowy	[g]	25,86
Sól	[g]	5,02