

Jadłospis Dieta Lekkostrawna na dzień: 2023.11.29

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	manna na mleku	300g
	serek homogenizowany	150g
	pomidor	80g
	jajko gotowane	50g
	kiełbasa szynkowa	40g
	masło 82%	12,5
	jabłko	90g
	pieczywo pszenne	90g
	herbata	250g
	obiad	filet drobiowy gotowany
marchewka gotowana		150g
sas jarzynowy		50g
ziemniaki z koprem		250g
napój owocowy		250g
zupa brokułowa z zacierką		350g
kolacja	herbata	250g
	chleb pszenny	130g
	masło 82%	12,5
	szynka konserwowa	45g
	twarozek z koprem	80g
	sałata	20g

Zestawienie składników odżywczych

Alergeny:

Chleb pszenny, Jaja kurze całe, Kajzerki, Kasza manna, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 500, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty, Serek twarogowy, homogenizowany, pełnotłusty

Składnik	Jednostka	Zawartość w produktach
Energia (EER)	[kJ]	8 544,26
Energia (EER)	[kcal]	2 030,70
Białko ogółem	[g]	109,98
Tłuszcz	[g]	60,97
Weglowodany ogółem	[g]	266,59
Ogółem nasycone	[g]	33,67
Sacharoza	[g]	24,49
Błonnik pokarmowy	[g]	23,42
Sól	[g]	5,88