

Jadłospis Dieta Onkologiczna na dzień: 2023.11.09

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	ryż na mleku	300ml
	herbata	250ml
	sałata	20g
	ser topiony kostka	17,50 g
	jogurt naturalny	150g
	masło 82%	12,5g
	pieczywo mieszane	90g
	szynka delikatesowa	45g
	herbata	250g
	II śniadanie	kiwi 1 szt
obiad	pulpet gotowany na parze	80g
	sałatka z buraka	150g
	napój owocowy	250ml
	ziemniaki z koprem	220g
	Zupa grysikowa z warzywami	350ml
	sos koperkowy	50 ml
podwieczorek	sałatka makaronowa	100g
	chleb mieszany	20g
kolacja	masło 82%	12,5
	pasta z ryby wędzonej z zieleniną	90g
	kiełbasa rawska	40g
	pomidor	50
	pieczywo mieszane	130
	masło 82%	12,5
	herbata	250 ml

Zestawienie składników odżywczych

Alergeny:

Bułki grahamki, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Ser twarogowy półtłusty,

Składnik	Jednostka	Zawartość w produktach
Energia (EER)	[kJ]	8 473,56
Energia (EER)	[kcal]	2 019,16
Białko ogółem	[g]	93,52
Tłuszcz	[g]	71,83
Weglowodany ogółem	[g]	248,35
Ogółem nasycone	[g]	32,24
Sacharoza	[g]	12,49
Błonnik pokarmowy	[g]	30,76
Sól	[g]	8,84