

Jadłospis Dieta Onkologiczna na dzień: 2023.11.13

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	pomidor	100g
	szynka drobiowa	40g
	ser biały	60g
	herbata	250g
	masło 82%	12,5g
	płatki owsiane na mleku	300g
	pieczywo pszenne	90g
	sałata	20g
	II śniadanie	banan
jogurt naturalny		100g
obiad	napój owocowy	250g
	pulpet drobiowy gotowany na parze	80g
	krupnik z kaszy jaglanej	350g
	sos koperkowy	50g
	sałatka z buraka	150g
	ziemniaki z koprem	220g
podwieczorek	budyń	170g
kolacja	pieczywo razowe	130g
	masło 82%	12,5g
	pasta mięsno-warzywna	80g
	jajko gotowane	50g
	marchew tarta z jabłkiem	50g

Zestawienie składników odżywczych

Alergeny:

Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Ser twarogowy półtłusty,

Składnik	Jednostka	Zawartość w produktach
Energia (EER)	[kJ]	8 457,32
Energia (EER)	[kcal]	2 008,59
Białko ogółem	[g]	96,46
Tłuszcz	[g]	51,74
Węglowodany ogółem	[g]	300,75
Ogółem nasycone	[g]	26,88
Sacharoza	[g]	42,47
Błonnik pokarmowy	[g]	30,28
Sól	[g]	6,48