

Jadłospis Dieta Onkologiczna na dzień: 2023.11.15

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	ser biały plaster	15g
	kasza jęczmienna na mleku	300g
	szynka orzech	45g
	pomarańcza	70g
	herbata	250g
	pieczywo pszenne	90g
	masło 82%	12,5g
	sałata	20g
II śniadanie	sok pomidorowy	330g
obiad	kefir	150g
	marchew gotowana	150g
	Zupa jarzynowa z zacierką	350g
	ziemniaki z koperkiem	220g
	udziec drobiowy gotowany	160g
podwieczorek	kisiel z jabłkiem	160
kolacja	herbata	250g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	polędwica drobiowa	40g
	twarożek ze szczypiorkiem	65g
	sałatka z sałaty, pomidora i ogórka kiszzonego	100g

Zestawienie składników odżywczych

Alergeny:

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Kefir, 2% tłuszczu, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Ser twarogowy półtłusty,

Składnik	Jednostka	Zawartość w produktach
Tłuszcz	[g]	56,49
Węglowodany ogółem	[g]	273,90
Ogółem nasycone	[g]	24,43
Sacharoza	[g]	33,98
Błonnik pokarmowy	[g]	28,00
Sól	[g]	8,63