

Jadłospis Dieta Onkologiczna na dzień: 2023.11.16

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	sałata	20g
	pomidor	80g
	ser twarogowy plaster	20g
	szynka konserwowa	45g
	herbata	250g
	jogurt naturalny	150g
	płatki jęczmienne na mleku	300g
	chleb pszenny	90g
	masło 82%	12,5g
	II śniadanie	mus owocowy
obiad	udko z kurczaka gotowane	160g
	zupa brokułowa	350g
	sos koperkowy	50g
	napój owocowy	250g
	sałatka z buraka	150g
	kasza pęczak	200g
podwieczorek	jabłko	160g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	szynka drobiowa	40g
	jajko gotowane	50g
	sałata	20g

Zestawienie składników odżywczych

Alergeny:

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

Składnik	Jednostka	Zawartość w produktach
Energia (EER)	[kcal]	2 152,65
Białko ogółem	[g]	110,20
Tłuszcz	[g]	70,17
Węglowodany ogółem	[g]	278,89
Ogółem nasycone	[g]	31,31
Sacharoza	[g]	34,97
Błonnik pokarmowy	[g]	26,98
Sól	[g]	6,34
Energia (EER)	[kJ]	8 684,47