

## Jadłospis Dieta Onkologiczna na dzień: 2023.11.18

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	chleb pszenny	90g
	masło 82%	12,5g
	szynka z indyka	45g
	ser plaster twarogowy	21,43g
	pomidor	80g
	zacierka na mleku	250g
	herbata	250g
II śniadanie	sok pomidorowy	330g
obiad	sałata z jogurtem	100g
	napój owocowy	250g
	sos jarzynowy	50g
	ryz na sypko	200
	udko gotowane	150g
	zupa koperkowa z ziemniakami	350g
	podwieczorek	mus owocowy
kolacja	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	kielbasa zielonogórska	40g
	pasta z sera i pomidora	100g
	herbata	250g
	bukiet warzyw na parze	100g

### Zestawienie składników odżywczych

**Alergeny:**

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

Składnik	Jednostka	Zawartość w produktach
Energia (EER)	[kJ]	8 528,50
Energia (EER)	[kcal]	2 025,55
Białko ogółem	[g]	105,67
Tłuszcz	[g]	59,65
Węglowodany ogółem	[g]	270,29
Ogółem nasycone	[g]	30,66
Sacharoza	[g]	19,19
Błonnik pokarmowy	[g]	27,88
Sól	[g]	7,46