

Jadłospis Dieta Lekkostrawna na dzień: 2024.01.02

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	pieczywo pszenne	90g
	masło 82%	12,5g
	zupa mleczna	300g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	jajko gotowane	50g
	kiełbasa zielonogórska	40g
	herbata	250g
obiad	brokuł gotowany	150g
	pulpet drobiowo-wieprzowy gotowany	80g
	sos jarzynowy	50g
	zupa koperkowa z ziemniakami	350g
	kasza jęczmienna gotowana na sypko	200g
	napój owocowy	250g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	potrawka drobiowa	120g
	ser biały	60g
	sałatka z pomidorem, ogórkiem kwaszonym i oliwą	100g

Zestawienie składników odżywczych

Alergeny:

Bułki pszenne zwykłe, Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kajzerki, Kasza jęczmienna, perłowa, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 500, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (EER)	[kJ]	8 583,25	
Energia (EER)	[kcal]	2 038,77	2
Białko ogółem	[g]	106,62	6
Tłuszcz	[g]	60,15	6
Węglowodany ogółem	[g]	267,99	3
Ogółem nasycone	[g]	29,88	
Sacharoza	[g]	23,27	
Błonnik pokarmowy	[g]	23,45	
Sól	[g]	5,49	