

Jadłospis Dieta Lekkostrawna na dzień: 2023.12.11

| Posiłek | Pozycja | Ilość |
|-------------|------------------------------------|-------|
| I śniadanie | twarożek ze szczypiorem | 80g |
| | manna na mleku | 300g |
| | pieczywo pszenne | 90g |
| | masło 82% | 12,5 |
| | herbata | 250g |
| | pomidor | 80g |
| | sałata | 20g |
| | kiełbasa łopatkowa | 40g |
| | napój owocowy | 250g |
| obiad | sos koperkowy | 50g |
| | ziemniaki z koprem | 220g |
| | zupa jaglana z warzywami | 350g |
| | pulpet rybny | 80g |
| | surówka z selera i jabłka | 150g |
| | pieczywo pszenne | 90 |
| kolacja | masło 82% | 12,5g |
| | schab gotowany w sosie pomidorowym | 80g |
| | ser plaster twarogowy | 21,43 |
| | sałata | 20g |
| | jabłko | 100g |

Zestawienie składników odżywczych

Alergeny:

Bułki pszenne zwykłe, Chleb pszenny, Jaja kurcze całe, Kajzerki, Kasza manna, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 500, Mintaj, świeży, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty, Serek twarogowy, homogenizowany, pełnotłusty,,

| Składnik | Jednostka | Zawartość w produktach |
|--------------------|-----------|------------------------|
| Energia (EER) | [kJ] | 8 745,41 |
| Energia (EER) | [kcal] | 2 079,78 |
| Białko ogółem | [g] | 108,54 |
| Tłuszcz | [g] | 67,91 |
| Węglowodany ogółem | [g] | 266,00 |
| Ogółem nasycone | [g] | 36,19 |
| Sacharoza | [g] | 24,51 |
| Błonnik pokarmowy | [g] | 23,15 |
| Sól | [g] | 5,48 |