

Jadłospis Dieta Lekkostrawna na dzień: 2023.12.22

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	masło 82%	12,5g
	kiełbasa krakowska	40g
	jajo gotowane	50g
	sałata	20g
	pomarańcza	80g
	herbata	250g
	płatki jęczmienne na mleku	300g
	pieczywo pszenne	90g
	obiad	krupnik
sos natkowy		50g
napój owocowy		250g
burak gotowany		150g
udko drobiowe gotowane		200g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	pasta mięsno-warzywna	100g
	ser biały	60g
	sałata	20g
	pomidor	80g

Zestawienie składników odżywczych

Alergeny:

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Kajzerki, Kasza jęczmienna, perłowa, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 500, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Płatki jęczmienne, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty

Składnik	Jednostka	Zawartość w produktach
Energia (EER)	[kJ]	8 888,57
Energia (EER)	[kcal]	2 117,70
Białko ogółem	[g]	125,11
Tłuszcz	[g]	73,18
Węglowodany ogółem	[g]	242,20
Ogółem nasycone	[g]	31,47
Sacharoza	[g]	26,97
Błonnik pokarmowy	[g]	34,86
Sól	[g]	6,25