

Jadłospis Dieta Onkologiczna na dzień: 2024.01.01

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	sałata	20g
	jabłko	180g
	herbata	250g
	kasza jęczmienna na mleku	300g
	pieczywo pszenne	90g
	masło 82%	12,5g
	szynka konserwowa	45g
	serek śmietankowy	30g
	II śniadanie	sok pomidorowy
obiad	marchew gotowana	150g
	udko gotowane	200g
	sos natkowy	50g
	napój owocowy	250g
	ziemniaki z koprem	220g
	zupa jarzynowa z zacierką	350g
podwieczorek	kisiel z truskawką	200g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	sałatka brokułowa	150g
	ser twarogowy plaster	20,43g
	kielbasa rawska	40g

Zestawienie składników odżywczych

Alergeny:

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kajzerki, Kasza jęczmienna, perłowa, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 500, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy,

Energia (EER)	[kJ]	9 405,58
Energia (EER)	[kcal]	2 237,75
Białko ogółem	[g]	107,31
Tłuszcz	[g]	74,09
Węglowodany ogółem	[g]	289,93
Ogółem nasycone	[g]	35,19
Sacharoza	[g]	35,01
Błonnik pokarmowy	[g]	33,40
Sól	[g]	8,33