

Jadłospis Dieta Onkologiczna na dzień: 2024.01.03

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	pomidor	80g
	herbata	250g
	płatki owsiane na mleku	300g
	pieczywo pszenne	90g
	masło 82%	12,5g
	szynka orzech	45g
	ser twarogowy	21,43g
II śniadanie	koktajl z truskawką	200g
obiad	kefir	150g
	surówka z buraka i jabłka	150g
	sos koperkowy	50g
	napój owocowy	250g
	filet drobiowy gotowany	80g
	ziemniaki z koperkiem	220g
	zupa kalafiorowa z ziemniakami	350g
podwieczorek	sałatka jarzynowa	100g
	pieczywo pszenne	40g
	masło 82%	10g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	pasta mięsno-warzywna	80g
	serek śmietankowy	30g
	sałata	20g
	jabłko	90g

Zestawienie składników odżywczych

Alergeny:

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kajzerki, Kefir, 2% tłuszczu, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 500, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy,

Energia (EER)	[kJ]	9 657,69
Energia (EER)	[kcal]	2 297,19
Białko ogółem	[g]	108,51
Tłuszcz	[g]	72,70
Węglowodany ogółem	[g]	313,77
Ogółem nasycone	[g]	39,17
Sacharoza	[g]	36,31
Błonnik pokarmowy	[g]	31,33
Sól	[g]	7,00