

Jadłospis Dieta Onkologiczna na dzień: 2024.01.11

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	herbata	250g
	pieczywo pszenne	90g
	masło 82%	12,5
	sałata	20g
	twarożek ze szczypiorem	80g
	manna na mleku	300g
	pomidor	80g
	kiełbasa łopatkowa	41,5
	jogurt naturalny	150g
	II śniadanie	sok pomidorowy
obiad	surówka z selera i jabłka	150g
	zupa jaglana z warzywami	350g
	ziemniaki z koprem	220
	pulpet rybny	80g
	napój owocowy	250g
	sos koperkowy	50g
podwieczorek	sałatka z kaszy jęczmiennej	120g
kolacja	herbata	250g
	masło 82%	12,5
	pieczywo pszenne	130
	schab gotowany w sosie pomidorowym	80g
	ser plaster twarogowy	21g
	sałata	20g
	jabłko	100g
	kawa zbożowa z mlekiem	250g

Zestawienie składników odżywczych

Alergeny:

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

Energia (EER)	[kJ]	9 228,38
Energia (EER)	[kcal]	2 190,11
Białko ogółem	[g]	111,21
Tłuszcz	[g]	57,45
Węglowodany ogółem	[g]	311,36
Ogółem nasycone	[g]	29,68
Sacharoza	[g]	27,95
Błonnik pokarmowy	[g]	30,71
Sól	[g]	8,12