

Jadłospis Dieta Onkologiczna na dzień: 2024.01.12

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	pomidor	80g
	masło 82%	12,5
	pieczywo pszenne	90g
	herbata	250g
	szynka delikatesowa	45g
	płatki jęczmienne na mleku	300g
	sałata	20g
	serek śmietankowy	30g
	II śniadanie	mus owocowy
obiad	kefir	150g
	zupa buraczkowa z makaronem	350g
	sos jarzynowy	50g
	filet drobiowy gotowany	80g
	ziemniaki z koprem	220g
	kalafior gotowany na parze z oliwą i ziołami	150g
	napój owocowy	250g
	podwieczorek	kisiel z truskawką
kolacja	sałata	20g
	kiełbasa rawska	40g
	sałatka z tuńczyka	120g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	herbata	250g

Zestawienie składników odżywczych

Alergeny:

Chleb pszenny, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kefir, 2% tłuszczu, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Płatki jęczmienne, Seler korzeniowy, Tuńczyk w sosie własnym,

Energia (EER)	[kJ]	8 888,09
Energia (EER)	[kcal]	2 107,66
Białko ogółem	[g]	97,92
Tłuszcz	[g]	50,71
Węglowodany ogółem	[g]	321,89
Ogółem nasycone	[g]	26,58
Sacharoza	[g]	39,34
Błonnik pokarmowy	[g]	29,92
Sól	[g]	6,87