

## Jadłospis Dieta Onkologiczna na dzień: 2024.01.13

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	herbata	250g
	płatki owsiane na mleku	300g
	masło 82%	12,5
	sałata	20g
	pieczywo pszenne	90g
	pomidor	80g
	szynka drobiowa	40
	ser biały	60g
	II śniadanie	kiwi
	jogurt naturalny	150g
obiad	pulpet drobiowy gotowany na parze	80g
	napój owocowy	250g
	sałatka z buraka	150g
	krupnik z kaszy jęczmiennej	350g
	ziemniaki z koprem	220g
	sos koperkowy	50g
podwieczorek	budyń	160g
kolacja	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5
	pasta miesno-warzywna	80g
	jajko gotowane	50g
	marchewka tarta z jabłkiem	50g

### Zestawienie składników odżywczych

**Alergeny:**

**Bułki pszenne zwykłe, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kasza jęczmienna, perlowa, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 500, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,**

Energia (EER)	[kJ]	9 145,29
Energia (EER)	[kcal]	2 173,23
Białko ogółem	[g]	113,30
Tłuszcz	[g]	59,71
Weglowodany ogółem	[g]	305,38
Ogółem nasycone	[g]	29,37
Sacharoza	[g]	41,73
Błonnik pokarmowy	[g]	30,93
Sól	[g]	5,14