

Jadłospis Dieta Onkologiczna na dzień: 2023.12.19

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	płatki owsiane na mleku	300g
	pieczywo pszenne	90g
	masło 82%	12,5g
	kielbasa szynkowa	40g
	serek śmietankowy	30g
	banan	180g
	pomidor	80g
	herbata	250g
II śniadanie	jabłko	100g
	jogurt naturalny	150g
obiad	sos pomidorowy	50g
	napój owocowy	250g
	zupa grysikowa	350g
	surówka z selera i jabłka	150g
	ziemniaki z koprem	220g
	schab gotowany	80g
podwieczorek	budyń z brzoskwinia	200g
kolacja	pieczywo pszenne	130g
	herbata	250g
	masło 82%	12,5g
	szynka konserwowa	45g
	ser biały	60g
	sałata z pomidorem, ziołami i oliwą	80g

Zestawienie składników odżywczych

Alergeny:

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kajzerki, Kasza manna, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 500, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Składnik	Jednostka	Zawartość w produktach
Energia (EER)	[kJ]	9 023,63
Energia (EER)	[kcal]	2 142,66
Białko ogółem	[g]	97,53
Tłuszcz	[g]	61,34
Węglowodany ogółem	[g]	319,01
Ogółem nasycone	[g]	33,37
Sacharoza	[g]	49,99
Błonnik pokarmowy	[g]	26,60
Sól	[g]	6,09