

Jadłospis Dieta Onkologiczna na dzień: 2023.12.28

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	pomidor	80g
	jogurt naturalny	150g
	ser twarogowy	20g
	szynka kanapkowa	45g
	sałata	20g
	płatki owsiane na mleku	300g
	herbata	250g
	pieczywo pszenne	90g
	masło 82%	12,5g
II śniadanie	mus owocowy	200g
obiad	zupa kalafiorowa z ziemniakiem	350g
	schab gotowany	80g
	napój owocowy	250g
	sos jarzynowy	50g
	ziemniaki z koprem	220g
	surówka z buraka i jabłka	150g
podwieczorek	budyń	160g
kolacja	herbata	250g
	sałata	10g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	sałatka z kaszy pęczak z kukurydzą, jajkiem i pomidorem	150g
	ser biały	60g
	jabłko	100g

Zestawienie składników odżywczych

Alergeny:

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kasza jęczmienna, pęczak, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 500, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty

Składnik	Jednostka	Zawartość w produktach
Energia (EER)	[kJ]	9 499,06
Energia (EER)	[kcal]	2 261,23
Białko ogółem	[g]	110,13
Tłuszcz	[g]	80,28
Węglowodany ogółem	[g]	274,06
Ogółem nasycone	[g]	36,45
Sacharoza	[g]	23,55
Błonnik pokarmowy	[g]	26,67
Sól	[g]	6,65