

Jadłospis Dieta Lekkostrawna na dzień: 2024.02.02

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	jajko gotowane	50g
	pieczywo pszenne	90g
	herbata	250g
	kiełbasa zielonogórska	40g
	banan	160g
	pomidor	80g
	sałata	20g
	zupa mleczna	300g
	masło 82%	12,5g
	obiad	kasza jęczmienna gotowana na sypko
sos jarzynowy		50g
napój owocowy		250g
pulpet drobiowo-wieprzowy gotowany		80g
zupa koperkowa z ziemniakami		350g
brokuł gotowany		150g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	potrawka drobiowa	120g
	ser biały	60g
	sałatka z pomidorem, ogórkiem kwaszonym i oliwą	100g

Zestawienie składników odżywczych

Alergeny:

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

Składnik	Jednostka	Zawartość w produktach
Energia (EER)	[kJ]	8 662,18
Energia (EER)	[kcal]	2 056,77
Białko ogółem	[g]	101,84
Tłuszcz	[g]	57,76
Węglowodany ogółem	[g]	294,93
Ogółem nasycone	[g]	28,23
Sacharoza	[g]	34,35
Błonnik pokarmowy	[g]	25,37
Sól	[g]	5,25