

Jadłospis Dieta Lekkostrawna na dzień: 2024.01.29

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	serek homogenizowany	150g
	pomidor	80g
	jajko gotowane	50g
	kielbasa szynkowa	40g
	masło 82%	12,5
	mandarynka	70g
	pieczywo pszenne	90g
	herbata	250g
	manna na mleku	300g
obiad	filet drobiowy gotowany	80g
	zupa brokułowa z zacierką	350g
	napój owocowy	250g
	kefir	150g
	ziemniaki z koprem	250g
	marchewka gotowana	150g
	sas jarzynowy	50g
kolacja	herbata	250g
	chleb pszenny	130g
	masło 82%	12,5
	szynka konserwowa	45g
	twarozek z koprem	80g
	sałata	20g

Zestawienie składników odżywczych

Alergeny:

Chleb pszenny, Jaja kurze całe, Kajzerki, Kasza manna, Kefir, 2% tłuszczu, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 500, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty, Serek twarogowy, homogenizowany, pełnotłusty,

Energia (EER)	[kJ]	8 797,13
Energia (EER)	[kcal]	2 089,89
Białko ogółem	[g]	114,61
Tłuszcz	[g]	63,53
Węglowodany ogółem	[g]	270,61
Ogółem nasycone	[g]	35,43
Sacharoza	[g]	26,18
Błonnik pokarmowy	[g]	23,11
Sól	[g]	6,02