

## Jadłospis Dieta Onkologiczna na dzień: 2024.01.23

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	masło 82%	12,5g
	szynka konserwowa	45g
	twarożek ze szczypiorem	80g
	pomidor	80g
	sałata	20g
	banan	150g
	manna na mleku	300g
	herbata	250g
	pieczywo pszenne	90g
II śniadanie	kiwi	70
obiad	filet drobiowy gotowany	80g
	napój owocowy	250g
	surówka z marchewki i selera	150g
	zupa mieszczańska	350g
	kasza jęczmienna na sypko	200g
podwieczorek	sos jarzynowy	50g
	sałatka z jajka, kukurydzy i rzodkiewki	70g
	pieczywo pszenne	40g
kolacja	masło 82%	10g
	chleb pszenny	130g
	masło 82%	12,5
	schab gotowany	80g
	sos koperkowy	50g
	ser twarogowy plaster	21,43
	bukiet warzyw na parze	80g

### Zestawienie składników odżywczych

**Alergeny:**

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

Energia (EER)	[kJ]	9 677,73
Energia (EER)	[kcal]	2 313,14
Białko ogółem	[g]	119,77
Tłuszcz	[g]	63,54
Węglowodany ogółem	[g]	320,29
Ogółem nasycone	[g]	34,70
Sacharoza	[g]	36,37
Błonnik pokarmowy	[g]	29,39
Sól	[g]	6,20