

Jadłospis Dieta Onkologiczna na dzień: 2024.01.30

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	płatki jęczmienne na mleku	300g
	pieczywo pszenne	90g
	masło 82%	12,5g
	sałata	20g
	banan	150g
	kiełbasa rawska	40g
	herbata	250g
	ser twarogowy	20g
II śniadanie	jabłko	180g
obiad	kalafior gotowany	150g
	pulpet wieprzowo-wołowy gotowany na parze	80g
	sos jarzynowy	50g
	napój owocowy	250g
	kasza peczak na sypko	200g
	zupa burakowa z makaronem	350g
podwieczorek	bukiet warzyw na parze z olejem i ziołami	120g
kolacja	herbata	250g
	sałatka z pomidorem, ogórkiem kwaszonym, oliwą i słonecznikiem	100g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	szynka z indyka	45g
	pasta z makreli	80g

Zestawienie składników odżywczych

Alergeny:

Bułki pszenne zwykłe, Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kajzerki, Kasza jęczmienna, pęczak, Makaron bezjajeczny, Makrela, wędzona, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 500, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Płatki jęczmienne, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (EER)	[kJ]	9 472,88
Energia (EER)	[kcal]	2 252,08
Białko ogółem	[g]	97,70
Tłuszcz	[g]	68,54
Weglowodany ogółem	[g]	319,47
Ogółem nasycone	[g]	31,63
Sacharoza	[g]	52,08
Błonnik pokarmowy	[g]	30,56
Sól	[g]	8,04