

Jadłospis Dieta Podstawowa na dzień: 2024.02.05

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	sałata	20G
	szynka z indyka	45g
	herbata	250g
	pieczywo mieszane	90g
	kasza jęczmienna na mleku	300g
	masło 82%	12,5g
	twarożek ze szczypiorkiem	80g
obiad	kotlet mielony	80g
	napój owocowy	250g
	zupa brokułowa z zacierką	350g
	ziemniaki z koperkiem	220g
	buraczki zasmażane	150g
kolacja	ser żółty	20g
	kawa zbożowa z mlekiem	250g
	pieczywo mieszane	130g
	masło 82%	12,5g
	kielbasa łopatkowa	40g
	sałata	20g
	pomidor	80g

Zestawienie składników odżywczych

Alergeny:

Bułka tarta, Bułki grahamki, Bułki pszenne zwykłe, Chleb graham, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Kasza jęczmienna, perłowa, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 500, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty, Ser, salami pełnotłusty,

Składnik	Jednostka	Zawartość w produktach	
Energia (EER)	[kJ]	8 592,49	
Energia (EER)	[kcal]	2 046,01	2
Białko ogółem	[g]	90,78	6
Tłuszcz	[g]	71,81	5
Węglowodany ogółem	[g]	262,97	3
Ogółem nasycone	[g]	34,11	
Sacharoza	[g]	32,35	
Błonnik pokarmowy	[g]	27,39	
Sól	[g]	5,63	