

Jadłospis Dieta Lekkostrawna na dzień: 2024.02.09

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	zacierka na mleku	300g
	herbata	250g
	pieczywo pszenne	90g
	masło 82%	12,5g
	kielbasa szynkowa	40g
	ser biały	60g
	sałata	20g
	pomidor	80g
obiad	zupa kalafiorowa z ziemniakami	350g
	filet z kurczaka w sosie słodko-kwaśnym z marchewką, ananasem i kukurydzą	150g
	surówka z marchwi i jabłka	150g
	napój owocowy	250g
	ryż gotowany na sypko	200g
kolacja	kawa zbożowa z mlekiem	250g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	kielbaska bawarska na ciepło	65g
	ser plaster twarogowy	21,43g
	bukiet warzyw na parze z ziołami	90g

Zestawienie składników odżywczych

Alergeny:

Chleb pszenny, Jaja kurze całe, Kajzerki, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 500, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Składnik	Jednostka	Zawartość w produktach
Energia (EER)	[kJ]	8 799,42
Energia (EER)	[kcal]	2 098,65
Białko ogółem	[g]	99,68
Tłuszcz	[g]	64,08
Węglowodany ogółem	[g]	278,71
Ogółem nasycone	[g]	30,07
Sacharoza	[g]	33,74
Błonnik pokarmowy	[g]	24,74
Sól	[g]	6,67