

Jadłospis Dieta Lekkostrawna na dzień: 2024.02.18

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	pomidor	80g
	kiełbasa drobiowa	40g
	twarożek ze szczypiorkiem	80g
	kasza manna na mleku	300g
	herbata	250g
	pieczywo pszenne	90g
	sałata	10g
	masło 82%	12,5g
	obiad	burak gotowany
	potrawka drobiowa w jarzynach	150g
	zupa brokułowa z ziemniakami	350
	napój owocowy	250g
	kasza pęczak gotowana na sypko	200g
	kefir	150g
	kolacja	pasztet drobiowy
	pomidor	80g
	sałata	20g
	serek śmietankowy	30g
	masło 82%	12,5g
	herbata	250g
		pieczywo pszenne

Zestawienie składników odżywczych

Alergeny:

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Kajzerki, Kasza jęczmienna, pęczak, Kasza manna, Kefir, 2% tłuszczu, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 500, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty

Składnik	Jednostka	Zawartość w produktach
Energia (EER)	[kJ]	8 648,41
Energia (EER)	[kcal]	2 056,12
Białko ogółem	[g]	97,82
Tłuszcz	[g]	68,59
Węglowodany ogółem	[g]	263,07
Ogółem nasycone	[g]	34,24
Sacharoza	[g]	30,85
Błonnik pokarmowy	[g]	22,61
Sól	[g]	5,70