

## Jadłospis Dieta Onkologiczna na dzień: 2024.02.14

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	sałata	20g
	masło 82%	12.5g
	jajko gotowane	50g
	twarożek ze szczypiorkiem	90g
	pomidor	80g
	ryż na mleku	300g
	herbata	250g
	pieczywo pszenne	90g
	II śniadanie	koktajl truskawkowy
obiad	ziemniaki z koprem	220g
	brokuł gotowany na parze z ziołami	150g
	kefir	200g
	ryba na parze z warzywami	100g
	zupa wielowarzywna	350g
	napój owocowy	250g
	podwieczorek	pasta jajeczno twarogowa
	pieczywo pszenne	40g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12.5g
	sałatka jarzynowa	150g
	mozzarella	40g
	sałata	20g
	kiwi	70g
	kakao na mleku 2% z cukrem	250g

### Zestawienie składników odżywczych

**Alergeny:**

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kajzerki, Kakao 16%, proszek, Kefir, 2% tłuszczu, Masło ekstra, Mintaj, świeży, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Składnik	Jednostka	Zawartość w produktach
Energia (EER)	[kJ]	9 793,25
Energia (EER)	[kcal]	2 435,15
Białko ogółem	[g]	116,24
Tłuszcz	[g]	79,88
Węglowodany ogółem	[g]	322,90
Ogółem nasycone	[g]	34,53
Sacharoza	[g]	29,30
Błonnik pokarmowy	[g]	33,62
Sól	[g]	5,35