

Jadłospis Dieta Cukrzycowa na dzień: 2024.02.18

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	pieczywo razowe	90g
	twarożek ze szczypiorkiem	80g
	sałata	10g
	pomidor	80g
	herbata	250g
	masło 82%	12,5g
	kielbasa drobiowa	40g
II śniadanie	serek homogenizowany	150g
	pomarańcza	150g
obiad	potrawka drobiowa w jarzynach	150g
	napój owocowy	250g
	burak gotowany	150g
	zupa brokułowa z ziemniakami	350g
	kefir	150g
	kasza pęczak gotowana na sypko	200g
	podwieczorek	sałatka makaronowa z wędliną, kukurydzą i rzodkiewką
kolacja	pasztet drobiowy	60g
	pomidor	80g
	sałata	20g
	serek śmietankowy	30g
	masło 82%	12,5g
	herbata	250g
	pieczywo razowe	130g

Zestawienie składników odżywczych

Alergeny:

Bułki grahamki, Chleb graham, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kasza jęczmienna, perłowa, Kefir, 2% tłuszczu, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 500, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty, Serek twarogowy, homogenizowany, pełnotłusty,

Składnik	Jednostka	Zawartość w produktach
Energia (EER)	[kJ]	9 357,24
Energia (EER)	[kcal]	2 229,86
Białko ogółem	[g]	115,70
Tłuszcz	[g]	80,61
Węglowodany ogółem	[g]	258,66
Ogółem nasycone	[g]	41,53
Sacharoza	[g]	25,94
Błonnik pokarmowy	[g]	36,00
Sól	[g]	6,66