

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta cukrzycowa 1.04

Jadłospis na dzie : 2024-04-04

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	banan	180g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	herbata	250g
	pieczywo razowe	90g
	masło 82%	12,5g
	szynka konserwowa	45g
	serek kanapkowy tartare	20g
II niadanie	pomara cza	200g
obiad	ryba na parze z warzywami	100g
	marchew gotowana	150g
	zupa jarzynowa z ry em	350g
	napój owocowy	250g
	ziemniaki z koprem	220g
podwieczorek	kielbasa bawarska	65g
	ogórek zielony	50g
	pieczywo razowe	40g
	masło 82%	10g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo razowe	130g
	masło 82%	12,5g
	pasta z jaj ze szczypiorkiem	80g
	kielbasa rawska	40g
	bukiet warzyw na parze z oliw	100g
	sałata	20g
	kawa zbo owa z mlekiem	250g

Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kefir, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy,

Energia (kcal)	2090,13
Energia (kJ)	8452,45
Białko ogółem (g)	91,51
Tłuszcz (g)	59,67
W glowodany ogółem (g)	276,56
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	32,19
Sacharoza (g)	29,83
Błonnik pokarmowy (g)	35,82
Sól (g)	6,89