

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta cukrzycowa 1.04

Jadłospis na dzie : 2024-04-10

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	serek mietankowy	30g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	herbata	250g
	jogurt naturalny	150g
	pieczywo razowe	90g
	masło 82%	12,5g
	szynka delikatesowa	45g
II niadanie	mus owocowy	200g
obiad	burak gotowany	150g
	sos jarzynowy	50g
	pulpet wieprzowo-wołowy gotowany	80g
	napój owocowy	250g
	zupa warzywna z grysikiem	350g
	ziemniaki z koprem	220g
podwieczorek	sałatka makaronowa z w dlin , kukurydz i rzodkiewk	120g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo razowe	130g
	masło 82%	12,5g
	pasta z makreli i sera	100g
	kielbasa rawska	40g
	pomara cza	100g
	sałata	20g
	pomidor	80g

Alergeny

Bułki grahamki, Bułki pszenne zwykłe, Chleb graham, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kasza manna, Makrela, w dzona, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2016,2
Energia (kJ)	8466,01
Białko ogółem (g)	96,82
Tłuszcz (g)	64,74
W glowodany ogółem (g)	270,63
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	28,78
Sacharoza (g)	25,05
Błonnik pokarmowy (g)	33,19
Sól (g)	7,35