

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta cukrzycowa 2.03

Jadłospis na dzie : 17-03-2024

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	chleb razowy	90g
	herbata	250g
	masło 82%	12,5g
	pomidor	80g
	sałata	20g
	serek mietankowy	30g
	jabłko	180g
	szynka konserwowa	45g
II niadanie	koktajl truskawkowy	200g
obiad	napój owocowy	250g
	potrawka drobiowa w jarzynach	120g
	buraczki na ciepło	150g
	zupa brokułowa z ziemniakami	350g
	kasza p czak gotowana na sypko	200g
	mus owocowo-warzywny	200g
podwieczorek	chleb razowy	40g
	sałatka z pomidorem, oliw i ziołami	100g
	masło 82%	10g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo razowe	130g
	masło 82%	12,5g
	jajko gotowane	50g
	szynka drobiowa	40g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	kakao na mleku 2%	250g

Alergeny

Chleb graham, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kakao 16%, proszek, Kasza j czmienna, p czak, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy,

Energia (kcal)	2119,12
Energia (kJ)	8890,98
Białko ogółem (g)	96,29
Tłuszcz (g)	75,23
W glowodany ogółem (g)	263,89
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	34,07
Sacharoza (g)	24,42
Błonnik pokarmowy (g)	37,21
Sól (g)	5,96