

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta cukrzycowa 3.03

Jadłospis na dzie : 2024-03-23

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	masło 82%	12,5
	szynka konserwowa	45g
	twarożek ze szczypiorem	80g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	herbata	250g
	pieczywo razowe	90g
II niadanie	serek homogenizowany	150g
	kiwi	70g
obiad	filet drobiowy gotowany	80g
	surówka z marchwi i selera	150g
	kefir	200g
	sos jarzynowy	50g
	napój owocowy	250g
	kasza jęczmienna na sypko	200g
podwieczorek	zupa mieszcza ska	350g
	sałatka z jajka, kukurydzy i rzodkiewki	70g
	masło 82%	10g
kolacja	chleb razowy	40g
	chleb razowy	130g
	masło 82%	12,5
	schab gotowany	80g
	sos koperkowy	50g
	ser plaster twarogowy	21g
	bukiet warzyw na parze	80g
	sałata	20g
	kakao na mleku	250g

Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kakao 16%, proszek, Kasza jczmienna, perłowa, Kefir, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty, Serek twarogowy, homogenizowany, pełnotłusty,

Energia (kcal)	2318,54
Energia (kJ)	9668,16
Białko ogółem (g)	137,15
Tłuszcz (g)	79,85
W glowodany ogółem (g)	249,44
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	40,96
Sacharoza (g)	13,07
Błonnik pokarmowy (g)	35,85
Sól (g)	5,8