

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta cukrzycowa 3.03

Jadłospis na dzie : 2024-03-24

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	pomidor	80g
	szynka z indyka	45g
	pieczywo razowe	90g
	masło 82%	12,5g
	jajko gotowane	50g
	sałata	20g
II niadanie	chlebek chrupki	7g
	sok pomidorowy	330g
obiad	sos koperkowy	50g
	napój owocowy	250g
	marchew gotowana	150g
	ziemniaki z koprem	220g
	pulpet drobiowo-wieprzowy gotowany	80g
	zupa burakowa z makaronem	350g
podwieczorek	sałatka z kaszy p czak	150g
	pieczywo razowe	40g
	masło 82%	10g
kolacja	pieczywo razowe	80g
	herbata	250g
	kielbasa rawska	40g
	ry z sosem truskawkowym	200g
	pomidor	80g
	sałata	20g
	masło 82%	12,5g

Alergeny

Bułki grahamki, Bułki pszenne zwykłe, Chleb graham, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kasza j czmienna, p czak, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy,

Energia (kcal)	2167,49
Energia (kJ)	9120,58
Białko ogółem (g)	92,2
Tłuszcz (g)	58,01
W glowodany ogółem (g)	316,29
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	25,57
Sacharoza (g)	18,39
Błonnik pokarmowy (g)	38,09
Sól (g)	7,31