

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta cukrzycowa 1.05

Jadłospis na dzie : 2024-05-07

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	herbata	250g
	szynka z piersi drobiowej	45g
	masło 82%	12,5g
	pieczywo razowe	90g
	banan	180g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	ser twarogowy	20g
II niadanie	koktajl truskawkowy na kefirze	150g
obiad	ziemniaki z koprem	220g
	zupa brokułowa z ziemniakami	350g
	napój owocowy	250g
	surówka z selera i jabłka	150g
	pulpet wieprzowo-wołowy gotowany	80g
	sos jarzynowy	50g
podwieczorek	pieczywo razowe	40g
	masło 82%	10g
	ogórek	50g
	kiełbaska bawarska	70g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo razowe	130g
	masło 82%	12,5g
	szynka z indyka	45g
	pasta z sera i pomidora	100g
	bukiet warzyw na parze z oliw i ziołami	100g
	sałata	20g

Alergeny

Bułki grahamki, Bułki pszenne zwykłe, Chleb graham, Jaja kurze całe, Kefir, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszena, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2147,44
Energia (kJ)	9014,52
Białko ogółem (g)	100,47
Tłuszcz (g)	62,85
W glowodany ogółem (g)	274,41
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	36,73
Sacharoza (g)	25,33
Błonnik pokarmowy (g)	36,88
Sól (g)	6,99