

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta cukrzycowa 1.05

Jadłospis na dzie : 2024-05-09

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	ser biały	60g
	herbata	250g
	pomidor	80g
	sałata	20g
	jogurt naturalny	150g
	pieczywo razowe	90g
	masło 82%	12,5g
	kielbasa szynkowa	40g
II niadanie	kiwi	70g
obiad	ry br zowy gotowany na sypko	200g
	napój owocowy	250g
	zupa kalafiorowa	350g
	surówka z marchwi i jabłka	150g
	filet z kurczaka w sosie słodko-kwa nym z marchewk , ananasem i kukurydż	150g
podwieczorek	pieczywo razowe	40g
	masło 82%	10g
	pasta z jajka i sera ze szczypiorkiem	80g
kolacja	kawa zbo owa z mlekiem	250g
	pieczywo razowe	130g
	masło 82%	12,5g
	ser twarogowy	20g
	kielbaska bawarska na ciepło	70g
	bukiet warzyw na parze z ziołami	90g

Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2216,76
Energia (kJ)	9269,74
Białko ogółem (g)	109,2
Tłuszcz (g)	63,29
W glowodany ogółem (g)	258,76
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	35,03
Sacharoza (g)	23,81
Błonnik pokarmowy (g)	36,33
Sól (g)	6,92