

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta cukrzycowa 2.04

Jadłospis na dzie : 2024-04-17

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	masło 82%	12,5g
	pomidor	80g
	sałata	20g
	serek mietankowy	30g
	jabłko	180g
	szynka konserwowa	45g
	chleb razowy	90g
	herbata	250g
II niadanie	koktajl truskawkowy	200g
obiad	zupa brokułowa z ziemniakami	350g
	napój owocowy	250g
	udziec drobiowy gotowany	160g
	kasza p czak gotowana na sypko	200g
	buraczki na ciepło	150g
	sok koperkowy	50g
podwieczorek	chleb razowy	40g
	sałatka z pomidorem, ogórkiem kiszonym, słonecznikiem, oliw i ziołami	150g
	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)	2154,56
Energia (kJ)	9035,92
Białko ogółem (g)	103,83
Tłuszcz (g)	81,2
W glowodany ogółem (g)	250,24
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	35,51
Sacharoza (g)	21,24
Błonnik pokarmowy (g)	33,42
Sól (g)	6,3