

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta cukrzycowa 2.05

Jadłospis na dzie : 2024-05-17

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	herbata	250g
	masło 82%	12,5g
	pomidor	80g
	sałata	20g
	serek homogenizowany	150g
	kiwi	70g
	szynka konserwowa	45g
	chleb razowy	90g
	II niadanie	koktajl truskawkowy
obiad		
	sos natkowy	50g
	napój owocowy	250g
	filet drobiowy gotowany	80g
	zupa burakowa z makaronem	350g
	ziemniaki z koprem	220g
	kalafior gotowany na parze	150g
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, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Serek twarogowy, homogenizowany, pełnotłusty,

Energia (kcal)	2060,64
Energia (kJ)	8649,28
Białko ogółem (g)	109,22
Tłuszcz (g)	68,46
W glowodany ogółem (g)	252,29
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	35,26
Sacharoza (g)	14,35
Błonnik pokarmowy (g)	31,12
Sól (g)	6,03