

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta cukrzycowa 1.06

Jadłospis na dzie : 2024-06-10

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	pieczywo razowe	90g
	masło 82%	12,5g
	szynka delikatesowa	45g
	serek mietankowy	30g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	herbata	250g
II niadanie	mus owocowy	200g
obiad	kefir	200g
	zupa warzywna z grysiem	350g
	napój owocowy	250g
	sos jarzynowy	50g
	ziemniaki z koprem	220g
	burak gotowany	150g
	pulpet wieprzowo-wołowy gotowany	80g
podwieczorek	sałatka makaronowa z w dlin , kukurydz i rzodkiewk	120g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo razowe	130g
	masło 82%	12,5g
	pasta z makreli i sera	100g
	kielbasa rawska	40g
	pomara cza	100g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	kakao na mleku 2%	250g

Alergeny

Bułki grahamki, Bułki pszenne zwykłe, Chleb graham, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kakao 16%, proszek, Kasza manna, Kefir, 2% tłuszczu, Makrela, w dzona, Masło ekstra, M ka pszena, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2160,14
Energia (kJ)	9074,2
Białko ogółem (g)	105,46
Tłuszcz (g)	71,13
W glowodany ogółem (g)	283,73
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	32,57
Sacharoza (g)	24,13
Błonnik pokarmowy (g)	33,5
Sól (g)	7,56