

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta cukrzycowa 3.05

Jadłospis na dzie : 2024-05-24

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	jajko gotowane	50g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	szynka z indyka	45g
	pieczywo razowe	90g
	masło 82%	12,5g
II niadanie	pomara cza	200g
obiad	burak gotowany	150g
	zupa jarzynowa z zacierk	350g
	ziemniaki z koprem	220g
	sos natkowy	50g
	napój owocowy	250g
	udko z kurczaka gotowane	200g
podwieczorek	sałatka z kaszy p czak	150g
	pieczywo razowe	40g
	masło 82%	10g
kolacja	masło 82%	12,5g
	pieczywo razowe	80g
	herbata	250g
	kielbasa rawska	40g
	ry z sosem truskawkowym	200g
	pomidor	80g
	sałata	20g
	kakao na mleku 2%	250g

#### Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kakao 16%, proszek, Kasza j czmienna, p czak, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywczce, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy,

Energia (kcal)	2330,1
Energia (kJ)	9790,89
Białko ogółem (g)	116,54
Tłuszcz (g)	74,69
W glowodany ogółem (g)	301,74
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	30,96
Sacharoza (g)	26,16
Błonnik pokarmowy (g)	33,78
Sól (g)	6,21