

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta cukrzycowa 1.07

Jadłospis na dzie : 2024-07-02

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	szynka z piersi kurczaka	45g
	sałata	20g
	masło 82%	12,5g
	banan	180g
	jajko gotowane	50g
	pieczywo razowe	90g
	herbata	250g
II niadanie	kiwi	70g
	pieczywo chrupkie	7g
obiad	kasza j czmienna gotowana na sypko	200g
	sos jarzynowy	50g
	pulpet wieprzowo-drobiowy gotowany	80g
	napój owocowy	250g
	zupa koperkowa z ziemniakami	350g
	kalafior gotowany na parze	150g
podwieczorek	sałatka makaronowa z brokułem, kukurydzą i serem mozzarella	150g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo razowe	130g
	masło 82%	12,5g
	ser biały	60g
	pasta mielna-warzywna	100g
	sałatka z pomidorem, ogórkiem kwaszonym i oliwą	100g

Alergeny

Bułki grahamki, Bułki pszenne zwykłe, Chleb graham, Jaja kurze całe, Kasza j czmienna, perłowa, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 500, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2115,58
Energia (kJ)	8435,52
Białko ogółem (g)	110,54
Tłuszcz (g)	65
Węglowodany ogółem (g)	280,26
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	22,34
Sacharoza (g)	23,44
Błonnik pokarmowy (g)	34,91
Sól (g)	5,03