

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta cukrzycowa 1.07

Jadłospis na dzie : 2024-07-09

| Posiłek | Pozycja | Ilo |
|--------------|--|------------------|
| I niadanie | masło 82% | 12,5g |
| | banan | 180g |
| | pomidor | 80g |
| | sałata | 20g |
| | herbata | 250g |
| | pieczywo razowe | 90g |
| | ser biały | 60g |
| | szynka baks | 45g |
| | II niadanie | koktajl wi niowy |
| obiad | surówka z marchwi i jabłka | 150g |
| | filet z kurczaka w sosie słodko-kwa nym z marchewk , ananasem i kukurydz | 150g |
| | ry br zowy gotowany na sypko | 200g |
| | zupa kalafiorowa | 350g |
| | napój owocowy | 250g |
| podwieczorek | masło 82% | 10g |
| | pasta z jajka i sera ze szczypiorkiem | 80g |
| | pieczywo razowe | 40g |
| kolacja | pieczywo razowe | 130g |
| | masło 82% | 12,5g |
| | ser twarogowy | 20g |
| | kielbaska bawarska na ciepło | 70g |
| | bukiet warzyw na parze z ziołami | 90g |

Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywczce, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

| | |
|-------------------------------|---------|
| Energia (kcal) | 2246,08 |
| Energia (kJ) | 9398,17 |
| Białko ogółem (g) | 107,82 |
| Tłuszcz (g) | 60,3 |
| W glowodany ogółem (g) | 285,48 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone (g) | 34,32 |
| Sacharoza (g) | 34,64 |
| Błonnik pokarmowy (g) | 37,66 |
| Sól (g) | 6,67 |