

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta cukrzycowa 2.06

Jadłospis na dzie : 2024-06-11

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	pieczywo razowe	90g
	twarożek ze szczypiorem	80g
	pomidor	80g
	herbata	250g
	banan	180g
	sałata	20g
	masło 82%	12,5g
II niadanie	kielbasa łopatkowa	40g
	chlebek chrupki	7g
obiad	sok pomidorowy	330g
	napój owocowy	250ml
podwieczorek	sos koperkowy	50g
	ziemniaki z koprem	220g
	surówka z selera i jabłka	150g
	zupa jaglana z warzywami	350ml
	pulpet rybny	80g
	masło 82%	10g
	sałatka z kaszy p czak	100g
kolacja	pieczywo razowe	40g
	masło82%	12,5g
	pieczywo razowe	130g
	sałata	20g
	mandarynka	70g
	ser plaster twarogowy	21,5g
	schab gotowany	80g
	kakao na mleku 2%	250g
	sos pomidorowy	50g
	pomidor	80g
herbata	250 ml	

Alergeny

Bułki grahamki, Bułki pszenne zwykłe, Chleb graham, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kakao 16%, proszek, Kasza j czmienna, p czak, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mintaj, wie y, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2265,02
Energia (kJ)	9528,35
Białko ogółem (g)	109,28
Tłuszcz (g)	63,13
W glowodany ogółem (g)	323,49
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	29,79
Sacharoza (g)	35,26
Błonnik pokarmowy (g)	43,67
Sól (g)	9,87