

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta cukrzycowa 2.06

Jadłospis na dzie : 2024-06-16

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	pomidor	80g
	masło 82%	12,5g
	szynka drobiowa	41,5g
	herbata	250g
	ser twarogowy plaster	20g
	pieczywo razowe	90g
	sałata	20g
II niadanie	sok wielowarzywny	330g
obiad	napój owocowy	250g
	marchewka gotowana	150g
	zupa jarzynowa z zacierk	350g
	ziemniaki z koprem	220g
	udko drobiowe gotowane	200g
	sos natkowy	50g
	kefir z wi ni	200g
podwieczorek	mus warzywno-owocowy z dyni , jabłkiem i bananem	200g
	chlebek chrupki	14g
kolacja	masło 82%	12,5g
	kiełbasa zielonogórska	40g
	pasta z sera i pomidora	100g
	bukiet warzyw na parze	80g
	pieczywo razowe	130g
	herbata	250g
	sałata	20g

#### Alergeny

Chleb graham, Kefir, 2% tłuszczu, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2043,59
Energia (kJ)	8579,86
Białko ogółem (g)	110,24
Tłuszcz (g)	68,05
W glowodany ogółem (g)	251,18
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	28,32
Sacharoza (g)	24,07
Błonnik pokarmowy (g)	36,79
Sól (g)	7,88