

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta cukrzycowa 3.06

Jadłospis na dzie : 2024-06-21

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	twaro ek ze szczypiorkiem	80g
	herbata	250g
	sałata	20g
	masło 82%	12,5g
	chleb razowy	90g
	pomidor	80g
	szynka delikatesowa	45g
II niadanie	sok pomidorowy	330g
obiad	napój owocowy	250g
	zupa koperkowa z zacierk	350g
	ziemniaki z koprem	220g
	sałata z jogurtem	100g
	pulpet drobiowo-wieprzowy gotowany	80g
	sos jarzynowy	50g
podwieczorek	kielbaska bawarska	65
	chleb razowy	40g
	ogórek kwaszony	50g
	ogórek kwaszony	50g
	masło 82%	10g
	sałata	20g
kolacja	kakao na mleku 2%	250g
	pieczywo razowe	130g
	masło 82%	12,5g
	szynka w dzona	45g
	mozzarella	30g
	sałatka brokułowa	150g
	sałata	20g

Alergeny

Bułki grahamki, Bułki pszenne zwykłe, Chleb graham, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kakao 16%, proszek, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywczce, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2150,79
Energia (kJ)	8686,74
Białko ogółem (g)	114,94
Tłuszcz (g)	65,55
W glowodany ogółem (g)	239,51
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	37,32
Sacharoza (g)	11,87
Błonnik pokarmowy (g)	30,67
Sól (g)	8,91