

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta cukrzycowa 1.08

Jadłospis na dzie : 2024-08-04

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	pieczywo razowe	90g
	herbata	250g
	serek kanapkowy	20g
	sałata	20g
	szynka konserwowa	45g
	pomidor	80g
	masło 82%	12,5g
II niadanie	chlebek chrupki	7g
	sok pomidorowy	330g
obiad	ziemniaki z koprem	220g
	marchew gotowana	150g
	ryba na parze z warzywami	100g
	zupa jarzynowa z ry em	350g
	napój owocowy	250g
podwieczorek	kielbasa bawarska	65g
	ogórek zielony	50g
	masło 82%	10g
	pieczywo razowe	40g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo razowe	130g
	masło 82%	12,5g
	pasta z jaj ze szczypiorkiem	80g
	kielbasa rawska	40g
	bukiet warzyw na parze z oliw	100g
	sałata	20g
	kakao na mleku 2%	250g

Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kakao 16%, proszek, Kefir, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy,

Energia (kcal)	2104,74
Energia (kJ)	8510,2
Białko ogółem (g)	99,32
Tłuszcz (g)	64,36
W glowodany ogółem (g)	244,21
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	34,46
Sacharoza (g)	13,96
Błonnik pokarmowy (g)	35,58
Sól (g)	8,5