

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta cukrzycowa 1.08

Jadłospis na dzie : 2024-08-06

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	twaro ek z koperkiem	80g
	masło 82%	12,5g
	sałata	20g
	banan	180g
	pomidor	80g
	pol dwica drobiowa	45g
	pieczywo razowe	90g
	herbata	250g
II niadanie	serek homogenizowany	150g
obiad	ziemniaki z koprem	220g
	kefir	200g
	gulasz drobiowy gotowany	120g
	marchew gotowana	150g
	zupa burakowa z makaronem	350g
	napój owocowy	250g
podwieczorek	mus owocowo-warzywny	200g
kolacja	kawa zbo owa z mlekiem	250g
	pieczywo razowe	130g
	masło 82%	12,5g
	kiełbasa krakowska	40g
	sałatka jarzynowa	150g
	sałata	20g

#### Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Jaja kurze całe, Kefir, 2% tłuszczu, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty, Serek twarogowy, homogenizowany, pełnotłusty,

Energia (kcal)	2282,49
Energia (kJ)	9592,38
Białko ogółem (g)	115,12
Tłuszcz (g)	70,21
W glowodany ogółem (g)	318,72
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	31,03
Sacharoza (g)	37,29
Błonnik pokarmowy (g)	39,26
Sól (g)	5,73