

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta cukrzycowa 2.07

Jadłospis na dzie : 2024-07-13

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	ser biały	75g
	pieczywo razowe	90g
	masło 82%	12,5g
	herbata	250g
	pomidor	80g
	szynka drobiowa	45g
	sałata	20g
II niadanie	chleb chrupki	14g
	arbuz	200g
obiad	ziemniaki z koprem	220g
	napój owocowy	250g
	pulpet drobiowy gotowany na parze	80g
	krupnik z kaszy j czmiennej	350g
	sos koperkowy	50g
	sałatka z buraka	150g
podwieczorek	pieczywo razowe	40g
	masło 82%	10g
	sałatka z pomidorem, ogórkiem i słonecznikiem	120g
kolacja	pieczywo razowe	130g
	masło 82%	12,5g
	pasta mi sno-warzywna	80g
	jajko gotowane	50g
	marchew tarta z jabłkiem	50g
	kawa zbo owa z mlekiem	250g
	sałata	20g

Alergeny

Bułki grahamki, Bułki pszenne zwykłe, Chleb graham, Jaja kurze całe, Kasza j czmienna, perłowa, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2088,61
Energia (kJ)	8773,56
Białko ogółem (g)	111,61
Tłuszcz (g)	65,5
W glowodany ogółem (g)	275,48
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	27,66
Sacharoza (g)	24,02
Błonnik pokarmowy (g)	35,02
Sól (g)	5,56