

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta cukrzycowa 1.09

Jadłospis na dzie : 2024-09-03

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	masło 82%	12,5g
	pomidor	80g
	serek homogenizowany	150g
	ser twarogowy	20g
	banan	180g
	szynka orzech	45g
	herbata	250g
	sałata	20g
	pieczywo razowe	90g
	II niadanie	koktajl truskawkowy
obiad	zupa kalafiorowa z ziemniakami	350g
	ziemniaki z koprem	220g
	surówka z buraka i jabłka	150g
	sos koperkowy	50g
	napój owocowy	250g
	kefir	200g
	filet drobiowy gotowany	80g
podwieczorek	masło 82%	10g
	sałatka jarzynowa	100g
	pieczywo razowe	40g
kolacja	jabłko	90g
	herbata	250g
	pieczywo razowe	130g
	masło 82%	12,5g
	kiełbasa szynkowa	45g
	serek mietankowy	30g
	sałata	20g
	pomidor	80g

Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kefir, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywczce, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Serek twarogowy, homogenizowany, pełnotłusty,

Energia (kcal)	2247,32
Energia (kJ)	9436,99
Białko ogółem (g)	110,47
Tłuszcz (g)	73,81
W glowodany ogółem (g)	305,05
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	39,35
Sacharoza (g)	33,53
Błonnik pokarmowy (g)	36,54
Sól (g)	7,02