

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta cukrzycowa 1.09

Jadłospis na dzie : 2024-09-10

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	serek mietankowy	30g
	herbata	250g
	pomidor	80g
	sałata	20g
	banan	180g
	pieczywo razowe	90g
	masło 82%	12,5g
	szynka delikatesowa	45g
II niadanie	mus owocowy	200g
obiad	ziemniaki z koprem	220g
	burak gotowany	150g
	pulpet wieprzowo-wołowy gotowany	80g
	kefir	200g
	sos jarzynowy	50g
	napój owocowy	250g
	zupa warzywna z grysikiem	350g
podwieczorek	sałatka makaronowa z w dlin , kukurydz i rzodkiewk	120g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo razowe	130g
	masło 82%	12,5g
	pasta z makreli i sera	100g
	szynka z piersi drobiowej	45g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	kakao na mleku 2%	250g

Alergeny

Bułki grahamki, Bułki pszenne zwykłe, Chleb graham, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kakao 16%, proszek, Kasza manna, Kefir, 2% tłuszczu, Makrela, w dzona, Masło ekstra, M ka pszena, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2218,32
Energia (kJ)	9326
Białko ogółem (g)	108,82
Tłuszcz (g)	69,36
W glowodany ogółem (g)	309,43
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	32,8
Sacharoza (g)	33,02
Błonnik pokarmowy (g)	34,01
Sól (g)	7,6