

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta cukrzycowa 4.08

Jadłospis na dzie : 2024-08-31

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	serek mietankowy	30g
	szynka konserwowa	45g
	masło 82%	12,5g
	pieczywo razowe	90g
	sałata	20g
	serek homogenizowany	150g
	herbata	250g
	pomidor	80g
II niadanie	brzoskwinia	150g
obiad	surówka z marchewki i jabłka	150g
	sos koperkowy	50g
	napój owocowy	250g
	ziemniaki z koperkiem	220g
	kefir	200g
	filet drobiowy gotowany	80g
	zupa jarzynowa z ry em	350g
podwieczorek	sałatka makaronowa z mozzarell , kukurydz i pomidorem	150g
kolacja	twaro ek ze szczypiorkiem	80g
	masło 82%	12,5g
	pieczywo razowe	130g
	pomidor	80g
	herbata	250g
	sałata	20g
	szynka z indyka	45g

Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, 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)	2171,75
Energia (kJ)	8667,32
Białko ogółem (g)	122,53
Tłuszcz (g)	74,95
W glowodany ogółem (g)	252,55
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	33,01
Sacharoza (g)	19,69
Błonnik pokarmowy (g)	33,27
Sól (g)	5,73