

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta cukrzycowa 2.09

Jadłospis na dzie : 2024-09-11

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	masło 82%	12,5g
	kielbasa łopatkowa	40g
	pieczywo razowe	90g
	twarozek ze szczypiorem	80g
	pomidor	80g
	herbata	250g
	sałata	20g
	II niadanie	sok wielowarzywny
obiad	sos koperkowy	50g
	napój owocowy	250ml
	ziemniaki z koprem	220g
	surówka z selera i jabłka	150g
	pulpet rybny	80g
	zupa jaglana z warzywami	350ml
podwieczorek	masło 82%	10g
	sałatka z kaszy p czak	100g
	pieczywo razowe	40g
kolacja	masło82%	12,5g
	pieczywo razowe	130g
	sałata	20g
	brzoskwinia	150g
	ser plaster twarogowy	21,5g
	schab gotowany	80g
	kakao na mleku 2%	250g
	sos pomidorowy	50g
	pomidor	80g
herbata	250 ml	

#### Alergeny

Bułki grahamki, Bułki pszenne zwykłe, Chleb graham, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kakao 16%, proszek, Kasza j zmienna, p czak, Masło ekstra, M ka pszena, typ 500, Mintaj, wie y, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2155,58
Energia (kJ)	9062,25
Białko ogółem (g)	106,96
Tłuszcz (g)	62,39
W glowodany ogółem (g)	288,62
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	29,54
Sacharoza (g)	26,55
Błonnik pokarmowy (g)	40,01
Sól (g)	8,39