

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta cukrzycowa 1.10

Jadłospis na dzie : 2024-10-09

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	masło 82%	12,5g
	pomidor	80g
	sałata	20g
	herbata	250g
	pieczywo razowe	90g
	ser biały	60g
	szynka baks	45g
II niadanie	koktajl wi niowy	200g
obiad	zupa kalafiorowa	350g
	filet z kurczaka w sosie słodko-kwa nym z marchewk , ananasem i kukurydz	150g
	napój owocowy	250g
	sałata z jogurtem	100g
	ry br zowy gotowany na sypko	200g
podwieczorek	masło 82%	10g
	pasta z jajka i sera ze szczypiorkiem	80g
	pieczywo razowe	40g
kolacja	pieczywo razowe	130g
	masło 82%	12,5g
	ser twarogowy	20g
	kielbaska bawarska na ciepło	70g
	bukiet warzyw na parze z ziołami	90g

#### Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtusty,

Energia (kcal)	2108,18
Energia (kJ)	8818,83
Białko ogółem (g)	108,41
Tłuszcz (g)	56,27
W glowodany ogółem (g)	249,75
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	34,51
Sacharoza (g)	24,17
Błonnik pokarmowy (g)	32,26
Sól (g)	6,55