

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta cukrzycowa 1.11

Jadłospis na dzie : 2024-11-01

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	masło 82%	12,5g
	pieczywo razowe	90g
	twaro ek z koperkiem	80g
	herbata	250g
	pomidor	80g
	banan	180g
	szynka z indyka	45g
	sałata	20g
	II niadanie	chlebek chrupki
mus owocowo-warzywny		200g
obiad	sos koperkowy	50g
	marchew gotowana	150g
	zupa pomidorowa z makaronem	350g
	napój owocowy	250g
	ziemniaki z koprem	220g
	schab wieprzowy gotowany	80g
podwieczorek	masło 82%	12,5
	pasta z jajka i sera z koperkiem	100g
	chleb graham	40g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo razowe	130g
	masło 82%	12,5g
	sałatka z brokuła	150g
	szynka w dzona	45g
	serek mietankowy	30g
	kawa zbo owa z mlekiem	250g
	sałata	20g

Alergeny

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

Energia (kcal)	2146,72
Energia (kJ)	8977,52
Białko ogółem (g)	110,73
Tłuszcz (g)	62,39
W glowodany ogółem (g)	301,35
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	32,41
Sacharoza (g)	29,56
Błonnik pokarmowy (g)	36,62
Sól (g)	5,53