

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta cukrzycowa 1.11

Jadłospis na dzie : 2024-11-04

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	sałata	20g
	szynka konserwowa	45g
	pomidor	80g
	masło 82%	12,5g
	pieczywo razowe	90g
	herbata	250g
	serek kanapkowy	20g
II niadanie	chlebek chrupki	14g
	sok pomidorowy	330g
obiad	napój owocowy	250g
	zupa selerowa z makaronem	350g
	ziemniaki z koprem	220g
	ryba na parze z warzywami	100g
	marchew gotowana	150g
podwieczorek	kielbasa bawarska	65g
	ogórek zielony	50g
	masło 82%	10g
	pieczywo razowe	40g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo razowe	130g
	masło 82%	12,5g
	pasta z jaj ze szczypiorkiem	80g
	kielbasa rawska	40g
	bukiet warzyw na parze z oliw	100g
	sałata	20g
	kakao na mleku 2%	250g

Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kakao 16%, proszek, Kefir, 2% tłuszczu, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywczce, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy,

Energia (kcal)	2235,46
Energia (kJ)	9062,02
Białko ogółem (g)	104,5
Tłuszcz (g)	65,4
W glowodany ogółem (g)	268,5
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	34,72
Sacharoza (g)	15,22
Błonnik pokarmowy (g)	39,46
Sól (g)	8,68