

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta cukrzycowa 1.11

Jadłospis na dzie : 2024-11-07

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	masło 82%	12,5g
	pomidor	80g
	sałata	20g
	pieczywo razowe	90g
	jogurt naturalny	150g
	herbata	250g
	kiełbasa drobiowa	40g
	ser twarogowy	20g
II niadanie	koktajl truskawkowy na kefirze	150g
obiad	zupa wielowarzywna	350g
	napój owocowy	250g
	ziemniaki z koprem	220g
	sos jarzynowy	50g
	surówka z selera i jabłka	150g
	pulpet wieprzowo-wołowy gotowany	80g
podwieczorek	pieczywo razowe	40g
	ogórek	50g
	kiełbaska bawarska	70g
	masło 82%	10g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo razowe	130g
	masło 82%	12,5g
	szynka z indyka	45g
	pasta z sera i pomidora	100g
	pomara cza	100g
	sałata	20g

Alergeny

Bułki grahamki, Bułki pszenne zwykłe, Chleb graham, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kefir, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2154,51
Energia (kJ)	9035,38
Białko ogółem (g)	100,79
Tłuszcz (g)	66,83
W glowodany ogółem (g)	254,9
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	39,24
Sacharoza (g)	17,52
Błonnik pokarmowy (g)	36,1
Sól (g)	6,87