

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta cukrzycowa 2.10

Jadłospis na dzie : 2024-10-15

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	herbata	250g
	sałata	20g
	masło 82%	12,5g
	szynka wieprzowa	45g
	banan	180g
	pomidor	80g
	ser biały plaster	20g
	pieczywo razowe	90g
	II niadanie	mus owocowo-warzywny
obiad	udko drobiowe gotowane	200g
	ziemniaki z koprem	220g
	sos natkowy	50g
	napój owocowy	250g
	marchew gotowana	150g
	zupa jarzynowa z zacierk	350g
podwieczorek	masło 82%	10g
	kiełbaska bawarska	55g
	chleb razowy	40g
	ogórek kiszony	50g
kolacja	pieczywo razowe	130g
	masło 82%	12,5g
	herbata	250g
	pol dwica drobiowa	40g
	serek kanapkowy	20g
	sałatka z pomidora, ogórka kwaszonego i sałaty	100g

Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy,

Energia (kcal)	2225,25
Energia (kJ)	9338,83
Białko ogółem (g)	107,67
Tłuszcz (g)	74,98
W glowodany ogółem (g)	264,04
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	35,43
Sacharoza (g)	27,17
Błonnik pokarmowy (g)	34,64
Sól (g)	8,85