

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta cukrzycowa 3.10

Jadłospis na dzie : 2024-10-21

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	szynka delikatesowa	45g
	twaro ek ze szczypiorkiem	80g
	herbata	250g
	sałata	20g
	masło 82%	12,5g
	chleb razowy	90g
	pomidor	80g
II niadanie	sok pomidorowy	330g
obiad	ziemniaki z koprem	220g
	napój owocowy	250g
	zupa koperkowa z zacierk	350g
	sos jarzynowy	50g
	pulpet drobiowo-wieprzowy gotowany	80g
	sałata z jogurtem	100g
podwieczorek	kielbaska bawarska	65
	chleb razowy	40g
	ogórek kwaszony	50g
	masło 82%	10g
	sałata	20g
kolacja	kakao na mleku 2%	250g
	pieczywo razowe	130g
	masło 82%	12,5g
	szynka w dzona	45g
	mozzarella	30g
	sałatka brokułowa	150g
	jabłko	100g

Alergeny

Bułki grahamki, Bułki pszenne zwykłe, Chleb graham, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kakao 16%, proszek, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2214,33
Energia (kJ)	8952,19
Białko ogółem (g)	115,27
Tłuszcz (g)	66,05
W glowodany ogółem (g)	257,42
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	37,37
Sacharoza (g)	14,87
Błonnik pokarmowy (g)	33,11
Sól (g)	8,92