

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. cukrzycowa 1.12

Jadłospis na dzie : 2024-12-07

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	kiełbasa drobiowa	40g
	ser twarogowy	20g
	masło 82%	12,5g
	pomidor	80g
	sałata	20g
	pieczywo razowe	90g
	herbata	250g
II niadanie	banan	180g
obiad	pulpet wieprzowo-wołowy gotowany	80g
	surówka z selera i jabłka	150g
	sos jarzynowy	50g
	zupa wielowarzywna	350g
	koktajl truskawkowy na kefirze	150g
	ziemniaki z koprem	220g
	napój owocowy	250g
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, Kefir, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszena, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2172,51
Energia (kJ)	9114,32
Białko ogółem (g)	96
Tłuszcz (g)	64,43
W glowodany ogółem (g)	281,84
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	37,75
Sacharoza (g)	27,5
Błonnik pokarmowy (g)	37,84
Sól (g)	6,66