

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. cukrzycowa 2.12

Jadłospis na dzie : 2024-12-14

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	tomidor	80g
	pieczywo razowe	90g
	masło 82%	12,5g
	sałata	20g
	kielbasa krakowska	40g
	twaro ek ze szczypiorkiem	90g
	herbata	250g
II niadanie	koktajl truskawkowy na kefirze	200g
obiad	brokuł gotowany na parze z oliw i ziołami	150g
	napój owocowy	250g
	sos natkowy	50g
	kasza j czmienna gotowana na sypko	200g
	schab gotowany	80g
	zupa koperkowa	350g
podwieczorek	pieczywo razowe	40g
	pasta jajeczno-twarogowa z rzodkiewk	100g
	masło 82%	10g
kolacja	pieczywo razowe	130g
	masło 82%	12,5g
	szynka drobiowa	45g
	sałatka jarzynowa	150g
	sałata	20g
	herbata	250g
	kakao na mleku 2%	250g

Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kakao 16%, proszek, Kasza j czmienna, perłowa, Kefir, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywczce, 2% tłuszczu, Selei korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2116,2
Energia (kJ)	8892,43
Białko ogółem (g)	111,29
Tłuszcz (g)	69,17
W glowodany ogółem (g)	258,58
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	31,09
Sacharoza (g)	13,63
Błonnik pokarmowy (g)	34,4
Sól (g)	5,94