

PCZ-Poddębice
UL. Mickiewicza 16 99-200 Poddębice
Symbol analizy: D. cukrzycowa 1.03

Jadłospis na dzień: 2025-03-06

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	herbata	250g
	sałata	20g
	pieczywo razowe	90g
	polędwica drobiowa	45g
	pomidor	80g
	jogurt naturalny	150g
	masło 82%	12,5g
	twarożek z koperkiem	80g
II śniadanie	serek homogenizowany	150g
obiad	ziemniaki z koprem	220g
	napój owocowy	250g
	zupa burakowa z makaronem	350g
	marchew gotowana	150g
	gulasz drobiowy gotowany	120g
	podwieczorek	mus owocowo-warzywny
kolacja	kawa zbożowa z mlekiem	250g
	pieczywo razowe	130g
	masło 82%	12,5g
	kiełbasa krakowska	40g
	sałatka jarzynowa	150g
	sałata	20g

Alergeny
Bułki grahamki, Chleb graham, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 500, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty, Serek twarogowy, homogenizowany, pełnotłusty,

Energia (kcal)	2174,49
Energia (kJ)	9131,85
Białko ogółem (g)	113,78
Tłuszcz (g)	69,01
Węglowodany ogółem (g)	283,32
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	30,37
Sacharoza (g)	27,31
Błonnik pokarmowy (g)	37,52
Sól (g)	5,77