

PCZ-Poddębice
UL. Mickiewicza 16 99-200 Poddębice
Symbol analizy: D. cukrzycowa 1.04

Jadłospis na dzień: 2025-04-03

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	ser twarogowy	20g
	szynka orzech	45g
	herbata	250g
	sałata	20g
	pieczywo razowe	90g
	masło 82%	12,5g
	pomidor	80g
	jogurt naturalny	150g
II śniadanie	serek homogenizowany	150g
obiad	zupa jarzynowa z ryżem	350g
	ziemniaki z koprem	220g
	surówka z buraka i jabłka	150g
	filet drobiowy gotowany	80g
	sos koperkowy	50g
	napój owocowy	250g
	mus owocowo-warzywny	200g
podwieczorek	masło 82%	10g
	sałatka jarzynowa	100g
	pieczywo razowe	40g
kolacja	jabłko	90g
	herbata	250g
	pieczywo razowe	130g
	masło 82%	12,5g
	kiełbasa szynkowa	45g
	serek śmietankowy	30g
	sałata	20g
	pomidor	80g

Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 500, Seler korzeniowy, Serek twarogowy, homogenizowany, pełnotłusty,

Energia (kcal)	2065,17
Energia (kJ)	8663,15
Białko ogółem (g)	102,04
Tłuszcz (g)	70,24
Węglowodany ogółem (g)	264,59
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	37,21
Sacharoza (g)	27,37
Błonnik pokarmowy (g)	36,11
Sól (g)	6,88