

PCZ-Poddębice
UL. Mickiewicza 16 99-200 Poddębice
Symbol analizy: D. cukrzycowa 1.05

Jadłospis na dzień: 2025-05-07

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	herbata	250g
	kiełbasa drobiowa	40g
	ser twarogowy	20g
	masło 82%	12,5g
	pomidor	80g
	sałata	20g
	pieczywo razowe	90g
II śniadanie	koktajl truskawkowy na kefirze	150g
obiad	pulpet wieprzowo-wołowy gotowany	80g
	surówka z selera i jabłka	150g
	sos jarzynowy	50g
	ziemniaki z koprem	220g
	napój owocowy	250g
	zupa wielowarzywna	350g
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
	pomarańcza	100g
	sałata	20g

Alergeny
Bułki grahamki, Bułki pszenne zwykłe, Chleb graham, Jaja kurze całe, Kefir, 2% tłuszczu, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 500, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2073,51
Energia (kJ)	8693,83
Białko ogółem (g)	94,98
Tłuszcz (g)	64,13
Węglowodany ogółem (g)	246,53
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	37,63
Sacharoza (g)	16,17
Błonnik pokarmowy (g)	36,1
Sól (g)	6,66