

PCZ-Poddębice
UL. Mickiewicza 16 99-200 Poddębice
Symbol analizy: D. cukrzycowa 2.04

Jadłospis na dzień: 2025-04-15

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	pomidor	80g
	herbata	250g
	pieczywo razowe	90g
	ser biały plaster	20g
	banan	180g
	masło 82%	12,5g
	szynka wieprzowa	45g
	sałata	20g
II śniadanie	koktajl truskawkowy na kefirze	200g
obiad	zupa pomidorowa	350g
	sałata z jogurtem	100g
	napój owocowy	250g
	ziemniaki z koprem	220g
	udziec drobiowy gotowany	130g
	sos jarzynowy	50g
podwieczorek	kielbaska bawarska	55g
	chleb razowy	40g
	ogórek kiszony	50g
	masło 82%	10g
kolacja	pieczywo razowe	130g
	masło 82%	12,5g
	herbata	250g
	polędwica drobiowa	40g
	serek kanapkowy	20g
	sałatka z pomidora, ogórka kwaszonego i sałaty	100g

Alergeny
Bułki grahamki, Chleb graham, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kefir, 2% tłuszczu, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra
Mąka pszenna, typ 500, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy,

Energia (kcal)	2198,94
Energia (kJ)	9188,47
Białko ogółem (g)	105,35
Tłuszcz (g)	68,34
Węglowodany ogółem (g)	265,28
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	35,73
Sacharoza (g)	22,49
Błonnik pokarmowy (g)	28,59
Sól (g)	8,85