

PCZ-Poddębice  
UL. Mickiewicza 16 99-200 Poddębice  
Symbol analizy: D. cukrzycowa 3.04

Jadłospis na dzień: 2025-04-29

| Posiłek      | Pozycja                      | Ilość |
|--------------|------------------------------|-------|
| I śniadanie  | pasztet drobiowy             | 80g   |
|              | serek śmietankowy            | 30g   |
|              | masło 82%                    | 12,5g |
|              | pomidor                      | 80g   |
|              | pieczywo razowe              | 90g   |
|              | herbata                      | 250ml |
|              | sałata                       | 20g   |
|              | banan                        | 180g  |
|              |                              |       |
| II śniadanie | koktajl wiśniowy             | 250g  |
| obiad        | napój owocowy                | 250g  |
|              | ryba na parze z warzywami    | 80g   |
|              | marchewka gotowana           | 150g  |
|              | zupa brokułowa z ziemniakami | 350g  |
|              | ziemniaki z koprem           | 220g  |
| podwieczorek | masło 82%                    | 40g   |
|              | pasta z jajka i twarogu      | 80g   |
|              | pieczywo razowe              | 40g   |
| kolacja      | herbata                      | 250ml |
|              | szynka wieprzowa             | 45g   |
|              | twarożek z koperkiem         | 80g   |
|              | sałata                       | 20g   |
|              | pomidor                      | 80g   |
|              | kakao na mleku 2%            | 250g  |
|              | masło 82%                    | 12,5g |
|              | pieczywo razowe              | 130g  |
|              |                              |       |

Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kakao 16%, proszek, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 500, Mintaj, świeży, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

|                               |         |
|-------------------------------|---------|
| Energia (kcal)                | 2179,67 |
| Energia (kJ)                  | 9154,81 |
| Białko ogółem (g)             | 102,23  |
| Tłuszcz (g)                   | 71,31   |
| Węglowodany ogółem (g)        | 300,64  |
| Kwasy tłuszczowe nasycone (g) | 36,42   |
| Sacharoza (g)                 | 29,35   |
| Błonnik pokarmowy (g)         | 36,78   |
| Sól (g)                       | 6,16    |