

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: (2025) Dieta cukrzycowa 1.12

Jadłospis na dzie : 2025-12-07

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	herbata	250g
	ser twarogowy	20g
	pieczywo razowe	90g
	kiełbasa drobiowa	40g
	pomidor	80g
	masło 82%	12,5g
	sałata	20g
	II niadanie	chlebek chrupki
koktajl truskawkowy na kefirze		150g
obiad	surówka z selera i jabłka	150g
	zupa wielowarzywna	350g
	pulpet wieprzowo-wołowy gotowany	80g
	sos jarzynowy	50g
	ziemniaki z koprem	220g
	napój owocowy	250g
	podwieczorek	kiełbaska bawarska
ogórek		50g
masło 82%		10g
pieczywo razowe		40g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo razowe	130g
	masło 82%	12,5g
	szynka z indyka	45g
	pasta z sera i pomidora	100g
	pomidor	80g
	sałata	20g

#### Alergeny

Bułki grahamki, Bułki pszenne zwykłe, Chleb graham, Jaja kurze całe, Kefir, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszena, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2074,55
Energia (kJ)	8701,82
Białko ogółem (g)	94,68
Tłuszcz (g)	64,44
W glowodany ogółem (g)	249,31
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	36,75
Sacharoza (g)	13,72
Błonnik pokarmowy (g)	36,45
Sól (g)	6,55