



CUKRZYCOWA ROU

Śniadanie:

jajko gotowane (50g)⁽¹⁾,
filet wędzony z indyka (40g),
pasta twarogowa pomidorowa (80g)⁽²⁾,
pomidor (60g),
rzodkiewka (50g),
sałata (3g),
masło śmietankowe 60% tł (16g)⁽³⁾,
chleb pszenno-żytni, graham, razowy, słonecznikowy (140g)⁽⁴⁾,
kawa zbożowa na mleku bez cukru (250g)⁽⁵⁾,
woda mineralna (500g),
2 śniadanie: kiełbasa szynkowa wieprzowa (30g)⁽⁶⁾,
ogórek zielony (50g),
masło śmietankowe 60% tł (16g)⁽⁷⁾
Możliwość wystąpienia alergenów:
¹(jaja), ²(mleko), ³(mleko), ⁴(gluten), ⁵(gluten, mleko), ⁶(soja),
⁷(mleko)

Obiad:

zupa żurek ze śmietaną i ziemniakami (250g)⁽¹⁾,
duszona potrawka z kurczaka i warzyw (150g)⁽²⁾,
ryż gotowany (160g),
surówka z marchewki z ananasem (120g),
kompot jabłkowy bez cukru (200g),
podwieczorek: pomarańcza (200g)
Możliwość wystąpienia alergenów:
¹(mleko, seler), ²(seler)

Kolacja:

sałatka jarzynowa (200g)⁽¹⁾,
szynka drobiowa (40g)⁽²⁾,
ser topiony 17g (34g)⁽³⁾,
pomidor (60g),
masło śmietankowe 60% tł (16g)⁽⁴⁾,
chleb pszenno-żytni, graham, razowy, słonecznikowy (140g)⁽⁵⁾,
herbata czarna bez cukru (200g),
dodatkowy posiłek: sok pomidorowy (300g)
Możliwość wystąpienia alergenów:
¹(gorczyca, jaja, seler), ²(seler, soja), ³(mleko), ⁴(mleko), ⁵(gluten)

Kalorie:	2425,70 kcal		
Energia:	114,63 kJ		
Błonnik:	47,46 g	Białko:	124,24 g
Węglowodany:	315,91 g		
W tym cukry:	68,36 g		
Tłuszcze:	61,13 g		
Kw. tł. nas.:	23,85 g	Sód:	1,45 g