



CUKRZYCOWA ROU

Śniadanie:

pasta z jaj i wędliny (80g)⁽¹⁾,
kielbasa krakowska (40g)⁽²⁾,
twarożek (60g)⁽³⁾,
pomidor (60g),
papryka świeża (50g),
sałata (3g),
masło ekstra 82% tł (16g),
chleb pszenno-żytni, graham, razowy, słonecznikowy (140g)⁽⁴⁾,
kawa zbożowa na mleku bez cukru (250g)⁽⁵⁾,
woda mineralna (500g),
2 śniadanie: ser topiony 17g (17g)⁽⁶⁾,
ogórek konserwowy (50g)⁽⁷⁾,
masło ekstra 82% tł (16g)

Możliwość wystąpienia alergenów:

¹(gorczyca, jaja, mleko, jaja), ²(pszenica, soja, mleko), ³(mleko),
⁴(gluten), ⁵(gluten, mleko), ⁶(mleko), ⁷(gorczyca)

Obiad:

zupa krupnik z kaszą jęczmienną (250g)⁽¹⁾,
gotowany schab w jarzynach (100g)⁽²⁾,
ziemniaki (200g),
mizeria (120g)⁽³⁾,
brukselka gotowana (120g),
kompot jabłkowy bez cukru (200g),
podwieczorek: jabłko 1 szt. (100g)

Możliwość wystąpienia alergenów:

¹(gluten, seler, soja, mleko, jaja), ²(seler), ³(mleko)

Kolacja:

gotowana biała kielbasa (100g)⁽¹⁾,
sałatka z sałaty lodowej i pomidora (200g),
ogonówka (40g)⁽²⁾,
ser fromage (40g)⁽³⁾,
masło ekstra 82% tł (16g),
chleb pszenno-żytni, graham, razowy, słonecznikowy (140g)⁽⁴⁾,
herbata czarna bez cukru (250g),
dodatkowy posiłek: grejpfrut 1/2 szt. (100g)

Możliwość wystąpienia alergenów:

¹(mleko, siarczyny), ²(soja), ³(mleko), ⁴(gluten)

Kalorie:	2427,22 kcal	
Energia:	55,71 kJ	
Błonnik:	59,45 g	Białko: 120,42 g
Węglowodany:	296,04 g	
W tym cukry:	43,17 g	
Tłuszcze:	98,46 g	
Kw. tł. nas.:	22,89 g	Sód: 1,05 g