



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, siarczyniny), 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