



CUKRZYCOWA ROU

Śniadanie:

pasta z jaj i wędliny (80g)⁽¹⁾,
kielbasa krakowska (40g)⁽²⁾,
twarożek (60g)⁽³⁾,
rzodkiew biała (60g),
pomidor (60g),
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⁾,
papryka świeża (60g),
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)

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),
polędwica drobiowa (40g),
ser fromage (40g)⁽²⁾,
masło ekstra 82% tł (16g),
chleb pszenno-żytni, graham, razowy, słonecznikowy (140g)⁽³⁾,
herbata czarna bez cukru (250g),
dodatkowy posiłek: grejpfrut 1/2 szt. (100g)

Możliwość wystąpienia alergenów:

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

Kalorie:	2389,51	kcal	
Energia:	778,21	kJ	
Błonnik:	56,82	g	Białko: 117,68 g
Węglowodany:	295,55	g	
W tym cukry:	43,37	g	
Tłuszcze:	98,15	g	
Kw. tł. nas.:	22,71	g	Sód: 789,70 mg