



CUKRZYCOWA ROU

Śniadanie:

jajko gotowane (50g)⁽¹⁾,
kielbasa szynkowa wieprzowa (40g)⁽²⁾,
pasta twarogowa pomidorowa (80g)⁽³⁾,
pomidor (60g),
rzodkiewka (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: filet wędzony z indyka (40g),
ogórek zielony (50g),
masło ekstra 82% tł (16g)

Możliwość wystąpienia alergenów:
¹(jaja), ²(soja), ³(mleko), ⁴(gluten), ⁵(gluten)

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(seler), ²(gluten, mleko, seler)

Kolacja:

sałatka jarzynowa (200g)⁽¹⁾,
szynka drobiowa (40g)⁽²⁾,
ser topiony 17g (17g)⁽³⁾,
pomidor (60g),
masło ekstra 82% tł (16g),
chleb pszenno-żytni, graham, razowy, słonecznikowy (140g)⁽⁴⁾,
herbata czarna bez cukru (200g),
dodatkowy posiłek: sok pomidorowy (300g)

Możliwość wystąpienia alergenów:
¹(gorczyca, jaja, seler), ²(seler, soja), ³(mleko), ⁴(gluten)

Kalorie:	2397,96	kcal	
Energia:	114,63	kJ	
Błonnik:	47,79	g	Białko: 126,46 g
Węglowodany:	311,20	g	
W tym cukry:	54,92	g	
Tłuszcze:	86,29	g	
Kw. tł. nas.:	16,73	g	Sód: 1,44 g