



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)

Możliwość wystąpienia alergenów:

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

Obiad:

zupa żurek ze śmietaną i ziemniakami (250g)⁽¹⁾,
duszony gulasz wieprzowy (120g),
kasza jęczmienna (160g)⁽²⁾,
mizeria (120g),
fasolka szparagowa gotowana (100g),
kompot jabłkowy bez cukru (200g),
podwieczorek: jabłko 1 szt. (100g)

Możliwość wystąpienia alergenów:

¹(seler), ²(gluten)

Kolacja:

sałatka z selera konserwowego (200g)⁽¹⁾,
połędwica drobiowa (40g),
ser fromage (40g)⁽²⁾,
ser żółty (40g)⁽³⁾,
masło ekstra 82% tł (16g),
chleb pszenno-żytni, graham, razowy, słonecznikowy (140g)⁽⁴⁾,
herbata czarna bez cukru (250g),
dodatkowy posiłek: grejfrut 1/2 szt. (100g)

Możliwość wystąpienia alergenów:

¹(gorczyca, jaja, mleko, seler, gorczyca), ²(mleko), ³(mleko), ⁴(gluten)

Kalorie:	2301,46	kcal	
Energia:	43,53	kJ	
Błonnik:	47,99	g	Białko: 100,12 g
Węglowodany:	300,25	g	
W tym cukry:	42,88	g	
Tłuszcze:	80,32	g	
Kw. tł. nas.:	25,89	g	Sód: 1,55 g