



## CUKRZYCOWA ROU

### Śniadanie:

jajko gotowane (50g)<sup>(1)</sup>,  
 kielbasa szynkowa wieprzowa (40g)<sup>(2)</sup>,  
 pasta twarogowa pomidorowa (80g)<sup>(3)</sup>,  
 pomidor (60g),  
 rzodkiewka (60g),  
 sałata (3g),  
 masło ekstra 82% tł (16g),  
 chleb pszenno-żytni, graham, razowy, słonecznikowy (140g)<sup>(4)</sup>,  
 kawa zbożowa na mleku bez cukru (250g)<sup>(5)</sup>,  
 woda mineralna (500g),  
 2 śniadanie: filet wędzony z indyka (40g),  
 ogórek zielony (50g),  
 masło ekstra 82% tł (16g)

Możliwość wystąpienia alergenów:

<sup>1</sup>(jaja), <sup>2</sup>(soja), <sup>3</sup>(mleko), <sup>4</sup>(gluten), <sup>5</sup>(gluten)

### Obiad:

zupa żurek ze śmietaną i ziemniakami (250g)<sup>(1)</sup>,  
 duszona potrawka z kurczaka i warzyw (150g)<sup>(2)</sup>,  
 ryż gotowany (160g),  
 surówka z marchewki z ananasem (120g),  
 kompot jabłkowy bez cukru (200g),  
 podwieczorek: pomarańcza (200g)

Możliwość wystąpienia alergenów:

<sup>1</sup>(seler), <sup>2</sup>(gluten, mleko, seler)

### Kolacja:

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

Możliwość wystąpienia alergenów:

<sup>1</sup>(gorczyca, jaja, seler), <sup>2</sup>(seler, soja), <sup>3</sup>(mleko), <sup>4</sup>(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: 83,26 g

Kw. tł. nas.: 16,73 g

Sód: 1,44 g