

Cukrzyca od kuchni

Osiągnięcia naukowe medycyny kulinarnej jako element terapii cukrzycy



Spółeczna
Odpowiedzialność
Nauki

Dofinansowano ze środków
budżetu państwa



Dzień 1

(jadłospis wegetariański)

Śniadanie: CZEKOLADOWA OWSIANKA Z MALINAMI

Składniki (1 porcja):

- Napój sojowy naturalny bio - 200 g
- Maliny - 60 g
- Płatki owsiane - 40 g
- Orzechy włoskie - 15 g
- Czekolada gorzka - 12 g
- Erytrytol - 10 g
- Odżywka białkowa z ryżu, grochu i konopii - 5 g

 **445,2 kcal**

Białko: 18,3 g

Tłuszcz: 19,7 g

Węglowodany*: 40,7 g

Błonnik: 8,8 g

WW : 4,1**

*Węglowodany przyswajalne bez błonnika pokarmowego

**Wymienniki węglowodanowe

Dzień 1

(jadłospis wegetariański)

Śniadanie: CZEKOLADOWA OWSIANKA Z MALINAMI

Sposób przygotowania:

- Płatki ugotować na napoju sojowym z dodatkiem erytrytolu.
- Przełożyć do miseczki, dodać odżywkę białkową.
- Na koniec dodać maliny, orzechy i rozdrobnioną czekoladę.

Cukrzyca od kuchni

Osiągnięcia naukowe medycyny kulinarnej
jako element terapii cukrzycy

Dofinansowano ze środków budżetu państwa



Spółeczna
Odpowiedzialność
Nauki

Dofinansowanie: 87 237,70 zł

Całkowita wartość: 97 237,70 zł

