

PCZ-Poddębice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Poddębice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 1.03

Jadłospis na dzień: 01-03-2024

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	kasza jęczmienna na mleku	300g
	herbata	250g
	jabłko	100g
	pomidor	80g
	mozzarella	25g
	szynka konserwowa	45g
	masło 82%	12,5g
	pieczywo pszenne	90g
	sałata	20g
	obiad	ziemniaki z koprem
sos natkowy		50g
udko gotowane		200g
zupa jarzynowa z zacierką		350g
burak oprószony		150g
napój owocowy		250g
kolacja		herbata
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	sałatka brokułowa	150g
	serek śmietankowy	30g
	kielbasa rawska	40g
	sałata	20g

Zestawienie składników odżywczych

**Alergeny:**

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kajzerki, Kasza jęczmienna, perłowa, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 500, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy,

Składnik	Jednostka	Zawartość w produktach
Energia (EER)	[kJ]	8 679,94
Energia (EER)	[kcal]	2 134,08
Białko ogółem	[g]	108,90
Tłuszcz	[g]	75,33
Węglowodany ogółem	[g]	262,25
Ogółem nasycone	[g]	33,02
Sacharoza	[g]	33,18
Błonnik pokarmowy	[g]	25,10
Sól	[g]	6,05