

PCZ-Poddębice
UL. Mickiewicza 16 99-200 Poddębice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 1.03

Jadłospis na dzień: 04-03-2024

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	pomidor	80g
	sałata	20g
	płatki jęczmienne na mleku	300g
	jabłko	100g
	szynka konserwowa	45g
	pieczywo pszenne	90g
	serek homogenizowany	150g
	masło 82%	12,5g
	herbata	250g
obiad	zupa pomidorowa z makaronem	350g
	ryba na parze z warzywami	100g
	ziemniaki z koperkiem	220g
	marchew gotowana	150g
	napój owocowy	250g
	herbata	250g
kolacja	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	pasta z jaj ze szczypiorkiem	80g
	kiełbasa rawska	40g
	bukiet warzyw na parze z oliwą	100g
	sałata	20g

Zestawienie składników odżywczych

Alergeny:

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kajzerki, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 500, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Płatki jęczmienne, Seler korzeniowy, Serek twarogowy, homogenizowany, pełnotłusty

Składnik	Jednostka	Zawartość w produktach
Energia (EER)	[kJ]	8 128,06
Energia (EER)	[kcal]	2 021,84
Białko ogółem	[g]	95,07
Tłuszcz	[g]	62,25
Weglowodany ogółem	[g]	273,70
Ogółem nasycone	[g]	32,46
Sacharoza	[g]	26,68
Błonnik pokarmowy	[g]	28,03
Sól	[g]	6,25