

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 1.03

Jadłospis na dzie : 2024-03-06

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	masło 82%	12,5g
	twaro ek z koperkiem	80g
	pol dwica drobiowa	45g
	herbata	250g
	płatki owsiane na mleku	300g
	sałata	20g
	pieczywo pszenne	90g
obiad	ry gotowany na sypko	200g
	napój owocowy	250g
	zupa koperkowa z ziemniakami	350g
	sos jarzynowy	50g
	sałata z jogurtem	100g
	filet drobiowy gotowany	80g
kolacja	kawa zbo owa z mlekiem	250g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	kiełbasa krakowska	40g
	sałatka jarzynowa	150g
	sałata	20g

Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kajzerki, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	1973,1
Energia (kJ)	8309,65
Białko ogółem (g)	95,16
Tłuszcz (g)	54,59
W glowodany ogółem (g)	277,14
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	22,82
Sacharoza (g)	22,86
Błonnik pokarmowy (g)	21,13
Sól (g)	5,24