

PCZ-Poddębice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Poddębice

Symbol analizy: Dieta podstawowa 1.03

Jadłospis na dzień: 04-03-2024

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	pieczywo mieszane	90g
	sałata	20g
	płatki jęczmienne na mleku	300g
	masło 82%	12,5g
	serek homogenizowany	150g
	pomidor	80g
	szynka konserwowa	45g
	herbata	250g
	obiad	napój owocowy
zupa pomidorowa z makaronem		350g
ryba smażona		80g
ziemniaki z koprem		220g
surówka z warzyw mieszanych		150g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo mieszane	130g
	masło 82%	12,5g
	pasta z jaj ze szczypiorkiem	80g
	kiełbasa rawska	40g
	bukiet warzyw na parze z dodatkiem oliwy	100g
	sałata	20g

Zestawienie składników odżywczych

Alergeny:

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

Składnik	Jednostka	Zawartość w produktach
Energia (EER)	[kJ]	8 564,64
Energia (EER)	[kcal]	2 129,91
Białko ogółem	[g]	96,84
Tłuszcz	[g]	76,77
Węglowodany ogółem	[g]	260,87
Ogółem nasycone	[g]	33,03
Sacharoza	[g]	23,99
Błonnik pokarmowy	[g]	30,94
Sól	[g]	6,03