

PCZ-Poddębice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Poddębice

Symbol analizy: Dieta podstawowa 1.03

Jadłospis na dzień: 2024-03-05

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	pieczywo mieszane	90g
	sałata	20G
	banan	160g
	masło 82%	12,5g
	twarożek ze szczypiorkiem	80g
	pomidor	80g
	kasza jęczmienna na mleku	300g
	szynka z indyka	45g
	herbata	250g
obiad	napój owocowy	250g
	ziemniaki z koperkiem	220g
	zupa brokułowa z zacierką	350g
	kotlet mielony	80g
	buraczki zasmażane	150g
kolacja	ser żółty	20g
	kawa zbożowa z mlekiem	250g
	pieczywo mieszane	130g
	masło 82%	12,5g
	kielbasa łopatkowa	40g
	sałata	20g
	pomidor	80g

Zestawienie składników odżywczych

Składnik	Jednostka	Zawartość w produktach
Energia (EER)	[kJ]	9 022,94
Energia (EER)	[kcal]	2 147,14
Białko ogółem	[g]	92,30
Tłuszcz	[g]	72,22
Węglowodany ogółem	[g]	296,45
Ogółem nasycone	[g]	34,27
Sacharoza	[g]	43,61
Błonnik pokarmowy	[g]	30,02
Sól	[g]	5,65

Alergeny:

Bułka tarta, Bułki grahamki, Bułki pszenne zwykłe, Chleb graham, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Kasza jęczmienna, perłowa, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 500, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty, Ser, salami pełnotłusty,