

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 1.04

Jadłospis na dzie : 2024-04-09

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	sałata	20g
	ser biały	60g
	herbata	250g
	kiełbasa szynkowa	40g
	masło 82%	12,5g
	pieczywo pszenne	90g
	banan	180g
	zacierka na mleku	300g
	pomidor	80g
	obiad	filet z kurczakaw sosie słodko-kwa nym z marchewk , ananasem i kukurydz
surówka z marchwi i jabłka		150g
kasza p czak gotowana na sypko		200g
zupa kalafiorowa z ziemniakami		350g
napój owocowy		250g
kolacja	kawa zbo owa z mlekiem	250g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	kiełbaska bawarska na ciepło	65g
	ser plaster twarogowy	21,43g
	bukiet warzyw na parze z ziołami	90g

Alergeny

Chleb pszenny, Jaja kurze całe, Kajzerki, Kasza j czmienna, p czak, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2195,3
Energia (kJ)	9209,38
Białko ogółem (g)	101,7
Tłuszcz (g)	65,15
W glowodany ogółem (g)	309,93
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	27,3
Sacharoza (g)	41,87
Błonnik pokarmowy (g)	25,76
Sól (g)	6