

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 1.04

Jadłospis na dzie : 2024-04-10

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	ry na mleku	300g
	herbata	250g
	pieczywo pszenne	90g
	pomidor	80g
	masło 82%	12,5g
	sałata	20g
	serek mietankowy	30g
	szynka delikatesowa	45g
	jogurt naturalny	150g
	obiad	sos jarzynowy
napój owocowy		250g
zupa warzywna z grysikiem		350g
ziemniaki z koprem		220g
pulpet wieprzowo-wołowy gotowany na parze		80g
burak gotowany		150g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	pasta z makreli i sera	100g
	kielbasa rawska	40g
	pomara cza	100g
	sałata	20g
	pomidor	80g

#### Alergeny

Bułki pszenne zwykłe, Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kajzerki, Kasza manna, Makrela, w dzona, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywczce, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2037,23
Energia (kJ)	8566,07
Białko ogółem (g)	94,7
Tłuszcz (g)	67,21
W glowodany ogółem (g)	272,12
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	30,98
Sacharoza (g)	32,84
Błonnik pokarmowy (g)	20,8
Sól (g)	6,65