

PCZ-Poddębice
UL. Mickiewicza 16 99-200 Poddębice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 2.03

Jadłospis na dzień: 2024-03-11

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	manna na mleku	300g
	twarozek ze szczypiorem	80g
	jogurt naturalny	150g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	herbata	250g
	masło 82%	12,5
	kiełbasa łopatkowa	40g
	pieczywo pszenne	90g
	obiad	zupa jaglana z warzywami
ziemniaki z koprem		220g
pulpet rybny		80g
sos koperkowy		50g
napój owocowy		250g
surówka z selera i jabłka		150g
kolacja		pieczywo pszenne
	masło 82%	12,5g
	schab gotowany w sosie pomidorowym	80g
	ser twarogowy	21g
	sałata	20g
	jabłko	100g
	kawa zbożowa z mlekiem	250g
	pomidor	80g

Zestawienie składników odżywczych

Alergeny:

Bułki pszenne zwykłe, Chleb pszenny, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kajzerki, Kasza manna, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 500, Mintaj, świeży, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Składnik	Jednostka	Zawartość w produktach
Energia (EER)	[kJ]	8 465,94
Energia (EER)	[kcal]	2 010,29
Białko ogółem	[g]	101,49
Tłuszcz	[g]	58,06
Węglowodany ogółem	[g]	277,70
Ogółem nasycone	[g]	29,63
Sacharoza	[g]	26,33
Błonnik pokarmowy	[g]	24,07
Sól	[g]	5,69