

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 2.03

Jadłospis na dzie : 2024-03-15

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	szynka wieprzowa	45g
	pieczywo pszenne	90g
	sałata	20g
	kasza j czmienna na mleku	300g
	ser biały plaster	20g
	masło 82%	12,5g
	pomara cza	100g
	herbata	250g
	obiad	sos natkowy
marchew gotowana		150g
ziemniaki z koperkiem		220g
udziec drobiowy gotowany		160g
zupa jarzynowa z zacierk		350g
kolacja	pieczywo pszenne	130g
	herbata	250g
	masło 82%	12,5g
	pol dwica drobiowa	40g
	twaro ek ze szczypiorkiem	65g
	sałatka z sałaty, pomidora i ogórka kiszzonego	100g

Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Kajzerki, Kasza j czmienna, perłowa, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywczce, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2072,76
Energia (kJ)	8723,18
Białko ogółem (g)	111,95
Tłuszcz (g)	70,26
W glowodany ogółem (g)	255,45
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	29,33
Sacharoza (g)	24,09
Błonnik pokarmowy (g)	22,08
Sól (g)	6,7