

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 2.03

Jadłospis na dzie : 2024-03-17

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	serek mietankowy	30g
	szynka konserwowa	45g
	płatki j czmienne na mleku	300g
	herbata	250g
	jabłko	180g
	chleb pszenny	90g
	masło 82%	12,5g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	obiad	napój owocowy
kasza p czak gotowana na sypko		200g
zupa brokułowa z ziemniakami		350g
buraczki na ciepło		150g
mus owocowo-warzywny		200g
potrawka drobiowa w jarzynach		100g
kolacja	szynka drobiowa	40g
	sałata	20g
	herbata	250g
	pomidor	80g
	kakao na mleku 2%	250g
	jajko gotowane	50g
	masło 82%	12,5g
pieczywo pszenne	130g	

#### Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Kakao 16%, proszek, Kasza j czmienna, p czak, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywczce, 2% tłuszczu, Płatki j czmienne, Seler korzeniowy,

Energia (kcal)	2122,81
Energia (kJ)	8928,15
Białko ogółem (g)	95,55
Tłuszcz (g)	66,49
W glowodany ogółem (g)	289,85
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	30,05
Sacharoza (g)	33,49
Błonnik pokarmowy (g)	28,41
Sól (g)	5,51