

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 3.03

Jadłospis na dzie : 2024-03-27

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	zupa mleczna	300g
	szynka drobiowa	45g
	pieczywo pszenne	90g
	pomidor	80g
	sałata	20g
	serek mietankowy	30g
	herbata	250g
	masło 82%	12,5g
	obiad	surówka z selera i marchwi
	sos natkowy	50g
	kasza j czmienna gotowana na sypko	200g
	napój owocowy	250g
	zupa koperkowa z ziemniakami	350g
	udziec drobiowy gotowany	140g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	potrawka drobiowa z warzywami	120g
	ser twarogowy plaster	20g
	sałatka z sałaty, pomidora i ogórka kiszzonego	100g

Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Kajzerki, Kasza j czmienna, perlowa, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywczę, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy,

Energia (kcal)	2194,13
Energia (kJ)	9217,88
Białko ogółem (g)	113,53
Tłuszcz (g)	80,15
W glowodany ogółem (g)	254,08
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	32,84
Sacharoza (g)	20,55
Błonnik pokarmowy (g)	22,08
Sól (g)	5,82