

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 3.03

Jadłospis na dzie : 2024-03-29

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	serek kiri	16,5g
	herbata	250g
	jajko gotowane	50g
	pomidor	80g
	sałata	20g
	serek homogenizowany	150g
	manna na mleku	300g
	pieczywo pszenne	90g
	jabłko	90g
	masło 82%	12,5
obiad	ryba na parze z warzywami	120g
	napój owocowy	250g
	marchewka gotowana	150g
	ziemniaki z koprem	250g
	zupa brokułowa z ziemniakami	350g
kolacja	herbata	250g
	chleb pszenny	130g
	masło 82%	12,5
	sałatka jarzynowa	150g
	twarożek z koprem	80g
	sałata	20g
	pomidor	80g

Alergeny

Chleb pszenny, Jaja kurze całe, Kajzerki, Kasza manna, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mintaj, wie y, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty, Serek twarogowy, homogenizowany, pełnotłusty

Energia (kcal)	2128,54
Energia (kJ)	8758,78
Białko ogółem (g)	90,28
Tłuszcz (g)	71,36
W glowodany ogółem (g)	292,65
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	30,53
Sacharoza (g)	27,16
Błonnik pokarmowy (g)	30,4
Sól (g)	4,03