

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta onkologiczna 2.03

Jadłospis na dzie : 2024-03-19

| Posiłek | Pozycja | Ilo |
|------------------|------------------------------------|--------|
| I niadanie | płatki owsiane na mleku | 300g |
| | herbata | 250g |
| | sałata | 20g |
| | kiełbasa szynkowa | 40g |
| | masło 82% | 12,5g |
| | serek mietankowy | 30g |
| | pomidor | 80g |
| | pieczywo pszenne | 90g |
| | II niadanie | jabłko |
| jogurt naturalny | | 150g |
| obiad | ryba na parze z warzywami | 120g |
| | ziemniaki z koprem | 220g |
| | zupa wielowarzywna | 350g |
| | napój owocowy | 250g |
| | marchew gotowana | 150g |
| podwieczorek | budy z brzoskwini | 200g |
| kolacja | pieczywo pszenne | 130g |
| | herbata | 250g |
| | masło 82% | 12,5g |
| | szynka konserwowa | 45g |
| | ser biały | 60g |
| | sałata z pomidorem, ziołami i oliw | 80g |

Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kajzerki, Kefir, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mintaj, wie y, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

| | |
|-------------------------------|---------|
| Energia (kcal) | 2115,38 |
| Energia (kJ) | 8909,53 |
| Białko ogółem (g) | 91,26 |
| Tłuszcz (g) | 61,28 |
| W glowodany ogółem (g) | 309,44 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone (g) | 31,41 |
| Sacharoza (g) | 35,52 |
| Błonnik pokarmowy (g) | 26,51 |
| Sól (g) | 5,83 |