

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta podstawowa 1.04

Jadłospis na dzie : 2024-04-07

Posiłek	Pozycja	Ilo	
I niadanie	zacierka na mleku	300g	
	kiełbasa drobiowa	45g	
	pieczywo mieszane	90g	
	masło 82%	12,5g	
	herbata	250g	
	ser twarogowy	20g	
	pomidor	80g	
	sałata	20g	
	obiad	napój owocowy	250g
		urek z ziemniakami	350g
stek z cebul		100g	
ziemniaki z koperkiem		220g	
surówka z kapusty peki skiej		150g	
kolacja	herbata	250g	
	pieczywo mieszane	130g	
	masło 82%	12,5g	
	pasta z sera i pomidora	120g	
	szynka z indyka	45g	
	bukiet warzyw na parze	80g	
	sałata	20g	

Alergeny

Bułka tarta, Bułki grahamki, Bułki pszenne zwykłe, Chleb graham, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Masło ekstra, M ka pszena, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2158,6
Energia (kJ)	9052,97
Białko ogółem (g)	91,75
Tłuszcz (g)	83,4
W glowodany ogółem (g)	264,52
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	29,99
Sacharoza (g)	21,69
Błonnik pokarmowy (g)	27,15
Sól (g)	5,93