

PCZ-Poddębice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Poddębice

Symbol analizy: Dieta podstawowa 1.03

**Jadłospis na dzień: 09-03-2024**

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	zupa mleczna	300g
	ser biały	60g
	pieczywo mieszane	90g
	herbata	250g
	kiełbasa szynkowa	40g
	pomidor	80g
	sałata	20g
	masło 82%	12,5g
obiad	filet z kurczaka w sosie słodko-kwaśnym z ananasem, marchewką i kukurydzą	150g
	surówka z kapusty białej i pora	150g
	ryż brązowy gotowany na sypko	200g
	napój owocowy	250g
	zupa kalafiorowa z ziemniakami	350g
kolacja	herbata	250g
	zalewajka	350g
	kiełbasa bawarska	65g
	pieczywo mieszane	130g
	masło 82%	12,5g
	bukiet warzyw na parze z ziołami	90g
	sałata	20g

**Zestawienie składników odżywczych**

**Alergeny:**

**Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 500, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,**

Składnik	Jednostka	Zawartość w produktach
Energia (EER)	[kJ]	9 701,70
Energia (EER)	[kcal]	2 316,74
Białko ogółem	[g]	97,23
Tłuszcz	[g]	61,40
Weglowodany ogółem	[g]	305,07
Ogółem nasycone	[g]	32,49
Sacharoza	[g]	34,93
Błonnik pokarmowy	[g]	38,12
Sól	[g]	6,34