

PCZ-Poddębice
UL. Mickiewicza 16 99-200 Poddębice

Symbol analizy: Dieta podstawowa 2.03

Jadłospis na dzień: 2024-03-11

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	kiełbasa łopatkowa	41,5
	herbata	250g
	twarozek z rzodkiewką	70g
	pieczywo mieszane	90
	masło 82%	12,5
	manna na mleku	300g
	pomidor	50
obiad	Zupa szczawiowa z makaronem i jajkiem	350g
	surówka z warzyw mieszanych	150g
	ryba panierowana smażona	80g
	napój owocowy	250g
	ziemniaki z koprem	220
kolacja	herbata	250g
	masło 82%	12,5
	pieczywo mieszane	130
	schab gotowany w sosie pomidorowym	80g
	ser twarogowy	21g
	sałata	20g
	pomidor	80g

Zestawienie składników odżywczych

Alergeny:

Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Kasza manna, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 500, Mintaj, świeży, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty, Śmietana, 18% tłuszczu

Składnik	Jednostka	Zawartość w produktach
Energia (EER)	[kJ]	8 505,62
Energia (EER)	[kcal]	2 022,82
Białko ogółem	[g]	94,01
Tłuszcz	[g]	63,89
Weglowodany ogółem	[g]	271,16
Ogółem nasycone	[g]	28,09
Sacharoza	[g]	25,84
Błonnik pokarmowy	[g]	28,75
Sól	[g]	4,80