

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta podstawowa 2.03

Jadłospis na dzie : 2024-03-13

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	pieczywo mieszane	90g
	herbata	250g
	sałata	20g
	masło 82%	12,5
	płatki owsiane na mleku	300g
	ser biały	60g
	szynka drobiowa	45g
obiad	pomidor	80g
	krupnik z kaszy jęczmiennej	350g
	sałatka z buraka	150g
	ziemniaki z koprem	220g
	kotlet schabowy panierowany -smazony	80g
kolacja	napój owocowy	250g
	pieczywo mieszane	130g
	masło 82%	12,5g
	pasta miesno-warzywna	80g
	jajko gotowane	50g
	marchewka tarta z jabłkiem	50g
	sałata	20g

Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Kasza j czmienna, perłowa, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2099,08
Energia (kJ)	8818,13
Białko ogółem (g)	105,34
Tłuszcz (g)	70,39
W glowodany ogółem (g)	268,93
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	25,22
Sacharoza (g)	33,69
Błonnik pokarmowy (g)	29,69
Sól (g)	4,52