

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta podstawowa 2.03

Jadłospis na dzie : 2024-03-15

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	herbata	250g
	ser óty plaster	15g
	pomara cza	100g
	szynka wieprzowa	45g
	kasza j czmienna na mleku	300g
	sałata	20g
	masło 82%	12,5g
	pieczywo mieszane	90g
	obiad	marchew gotowana
rosół z makaronem		350g
udziec drobiowy pieczony		160g
ziemniaki z koperkiem		220g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo mieszane	130g
	masło 82%	12,5g
	pol dwica drobiowa	40g
	twaro ek ze szczypiorkiem	80g
	sałatka z sałaty, pomidora i ogórka kiszzonego	100g

Alergeny

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

Energia (kcal)	2100,9
Energia (kJ)	8833,48
Białko ogółem (g)	109,79
Tłuszcz (g)	73,83
W glowodany ogółem (g)	253,58
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	29,51
Sacharoza (g)	24,62
Błonnik pokarmowy (g)	26,18
Sól (g)	6,35