

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta podstawowa 2.03

Jadłospis na dzie : 2024-03-20

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	szynka orzech	45g
	ser twarogowy plaster	20g
	sałata	20g
	banan	180g
	płatki j czmienne na mleku	300g
	herbata	250g
	pieczywo mieszane	90g
	masło 82%	12,5g
	obiad	kotlet a'la goł bek
napój owocowy		250g
sos pomidorowy		50g
surówka z selera i jabłka		150g
ziemniaki z koprem		220g
zupa jaglana z warzywami		350g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo mieszane	130g
	masło 82%	12,5g
	pasta z jaj ze szczypiorkiem	80g
	pasztet drobiowy	80g
	sałata	20g
	pomidor	80g

#### Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kasza manna, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Płatki j czmienne, Seler korzeniowy,

Energia (kcal)	2051,91
Energia (kJ)	8613,01
Białko ogółem (g)	81,41
Tłuszcz (g)	74,95
W glowodany ogółem (g)	275,38
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	29,17
Sacharoza (g)	32,8
Błonnik pokarmowy (g)	30,47
Sól (g)	6,08