

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta podstawowa 3.03

Jadłospis na dzie : 2024-03-24

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	masło 82%	12,5g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	jajko gotowane	50g
	szynka z indyka	45g
	herbata	250g
	pieczywo mieszane	90g
	kasza jaglana na mleku	300g
	obiad	filet drobiowy panierowany sma ony
	marchew gotowana	150g
	ziemniaki z koperkiem	220g
	zupa burakowa z makaronem	350g
	napój owocowy	250g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo mieszane	80g
	masło 82%	12,5g
	kiełbasa rawska	40g
	ry z sosem truskawkowym	200g
	sałata	20g
	pomidor	80g

Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywczę, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy,

Energia (kcal)	2040,64
Energia (kJ)	8590,31
Białko ogółem (g)	86,13
Tłuszcz (g)	56,4
W glowodany ogółem (g)	299,79
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	20,38
Sacharoza (g)	31,44
Błonnik pokarmowy (g)	27,06
Sól (g)	4,37