

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 1.05

Jadłospis na dzie : 2024-05-01

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	twaro ek ze szczypiorkiem	80g
	szynka z indyka	45g
	masło 82%	12,5g
	pieczywo pszenne	90g
	sałata	20g
	kasza j czmienna na mleku	300g
	herbata	250g
	jabłko	100g
	pomidor	80g
	obiad	sos koperkowy
ziemniaki z koprem		220g
schab wieprzowy gotowany		80g
napój owocowy		250g
marchew gotowana		150g
zupa pomidorowa z makaronem		350g
kolacja		herbata
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	sałatka brokułowa	150g
	serek mietankowy	30g
	kiełbasa rawska	40g
	kawa zbo owa z mlekiem	250g
	salata	20g

Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kajzerki, Kasza j czmienna, perłowa, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywczce, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	1998,66
Energia (kJ)	8370,23
Białko ogółem (g)	99,46
Tłuszcz (g)	54,04
W glowodany ogółem (g)	283,37
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	27,15
Sacharoza (g)	23,13
Błonnik pokarmowy (g)	24,19
Sól (g)	5,09