

PCZ-Podd bice
UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice
Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 1.05

Jadłospis na dzie : 2024-05-03

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	herbata	250g
	serek homogenizowany	150g
	pomidor	80g
	sałata	20g
	masło 82%	12,5g
	pieczywo pszenne	90g
	szynka orzech	45g
	płatki owsiane na mleku	300g
	ser twarogowy	21,43g
obiad	ziemniaki z koperkiem	220g
	kefir	200g
	sos koperkowy	50g
	zupa kalafiorowa z ziemniakami	350g
	filet drobiowy gotowany	80g
	surówka z buraka i jabłka	150g
	napój owocowy	250g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	kiełbasa szynkowa	40g
	serek mietankowy	30g
	sałata	20g
	jabłko	90g
	pomidor	80g

Alergeny
Chleb pszenny, Chleb zwykły, Kajzerki, Kefir, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Serek twarogowy, homogenizowany, pełnotłusty,

Energia (kcal)	2080,53
Energia (kJ)	8748,11
Białko ogółem (g)	105,09
Tłuszcz (g)	66,81
W glowodany ogółem (g)	278,08
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	35,13
Sacharoza (g)	27,64
Błonnik pokarmowy (g)	21,34
Sól (g)	6,09