

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 1.05

Jadłospis na dzie : 2024-05-05

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	herbata	250g
	kiwi	70g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	pieczywo pszenne	90g
	kasza j czmienna na mleku	300g
	twaro ek ze szczypiorkiem	80g
	masło 82%	12,5g
	szynka z piersi drobiowej	45g
	obiad	zupa brokułowa z zacierk
buraki gotowane		150g
sos natkowy		50g
napój owocowy		250g
ziemniaki z koperkiem		220g
pulpet wieprzowo-wołowy gotowany		80g
kolacja	masło 82%	12,5g
	pieczywo pszenne	130g
	kawa zbo owa z mlekiem	250g
	szynka parzona	45g
	serek mietankowy	30g
	sałata	20g
	pomidor	80g

#### Alergeny

Bułki pszenne zwykłe, Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, 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)	1976,11
Energia (kJ)	8316,39
Białko ogółem (g)	91,49
Tłuszcz (g)	58,66
W glowodany ogółem (g)	277,69
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	30,71
Sacharoza (g)	28,54
Błonnik pokarmowy (g)	20,62
Sól (g)	4,95