

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 1.05

Jadłospis na dzie : 2024-05-08

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	sałata	20g
	serek homogenizowany naturalny	150g
	szynka orzech	45g
	masło 82%	12,5g
	jabłko	80g
	pieczywo pszenne	90g
	herbata	250g
	płatki jęczmienne na mleku	300g
obiad	kasza j czmienna gotowana na sypko	200g
	napój owocowy	250g
	sos jarzynowy	50g
	filet drobiowy gotowany	80g
	kefir	200g
	sałata z jogurtem	100g
	zupa koperkowa z ziemniakami	350g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5
	jajko gotowane	50g
	kielbasa łopatkowa	40g
	sałatka z pomidora, sałaty i ogórka kwaszonego	100g

#### Alergeny

Chleb pszenny, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kajzerki, Kasza j czmienna, perłowa, Kefir, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Płatki j czmienne, Seler korzeniowy, Serek twarogowy, homogenizowany, pełnotłusty,

Energia (kcal)	2023,67
Energia (kJ)	8516,22
Białko ogółem (g)	103,66
Tłuszcz (g)	62,72
W glowodany ogółem (g)	262,54
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	31,83
Sacharoza (g)	20,05
Błonnik pokarmowy (g)	18,21
Sól (g)	6,33