

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 2.04

Jadłospis na dzie : 2024-04-11

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	sałata	20g
	pieczywo pszenne	90g
	masło 82%	12,5g
	jogurt naturalny	150g
	kasza manna na mleku	300g
	twarożek ze szczypiorem	80g
	pomidor	80g
	kiełbasa łopatkowa	40g
	herbata	250g
	obiad	sos koperkowy
ziemniaki z koprem		220g
pulpet rybny		80g
surówka z selera i jabłka		150g
napój owocowy		250ml
zupa jaglana z warzywami		350ml
kolacja		masło82%
	pieczywo pszenne	130g
	sałata	20g
	jabłko	100g
	ser plaster twarogowy	21,5g
	schab gotowany	80g
	kawa zbo owa z mlekiem	250g
	sos pomidorowy	50g
	pomidor	80g
	herbata	250 ml

#### Alergeny

Bułki pszenne zwykłe, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kasza manna, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mintaj, wie y, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2040,59
Energia (kJ)	8596,47
Białko ogółem (g)	97,04
Tłuszcz (g)	53,07
W glowodany ogółem (g)	311,39
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	26,11
Sacharoza (g)	36,63
Błonnik pokarmowy (g)	26,84
Sól (g)	4,7