

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 2.04

Jadłospis na dzie : 2024-04-13

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	ser biały	75g
	pieczywo pszenne	90g
	masło 82%	12,5g
	płatki owsiane na mleku	300g
	szynka drobiowa	45g
	pomidor	80g
	sałata	20g
obiad	sałatka z buraka	150g
	napój owocowy	250g
	pulpet drobiowy gotowany na parze	80g
	krupnik z kaszy j czmiennej	350g
	sos koperkowy	50g
	ziemniaki z koprem	220g
kolacja	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	pasta mi sno-warzywna	80g
	jajko gotowane	50g
	marchew tarta z jabłkiem	50g
	kawa zbo owa z mlekiem	250g
	sałata	20g

Alergeny

Bułki pszenne zwykłe, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Kasza j czmienna, perlowa, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2017,98
Energia (kJ)	8490,73
Białko ogółem (g)	109,05
Tłuszcz (g)	56,6
W glowodany ogółem (g)	277,29
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	24,67
Sacharoza (g)	31,91
Błonnik pokarmowy (g)	26,6
Sól (g)	4,47