

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 2.05

Jadłospis na dzie : 2024-05-14

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	tomidor	80g
	ry na mleku	300g
	twaro ek ze szczypiorkiem	90g
	herbata	250g
	kielbasa krakowska	40g
	pieczywo pszenne	90g
	sałata	20g
	masło 82%	12,5g
	banan	180g
	obiad	zupa pomidorowa z makaronem
napój owocowy		250g
brokuł gotowany na parze z oliw i ziołami		150g
schab wieprzowy gotowany		80g
kasza j czmienna gotowana na sypko		200g
sos jarzynowy		50g
kolacja	szynka drobiowa	45g
	sałatka jarzynowa	150g
	sałata	20g
	masło 82%	12,5g
	pieczywo pszenne	130g
	herbata	250g
	kakao na mleku 2%	250g

#### Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Kajzerki, Kakao 16%, proszek, Kasza j czmienna, perlowa, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2230,83
Energia (kJ)	9347,32
Białko ogółem (g)	103,73
Tłuszcz (g)	63,7
W łowodany ogółem (g)	318,91
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	26,08
Sacharoza (g)	33,61
Błonnik pokarmowy (g)	25,07
Sól (g)	5,51