

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 2.05

Jadłospis na dzie : 2024-05-15

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	herbata	250g
	pomara cza	100g
	pomidor	80g
	ser twarogowy plaster	20g
	kasza j czmienna na mleku	300g
	sałata	20g
	pieczywo pszenne	90g
	masło 82%	12,5g
	szynka wieprzowa	45g
	obiad	udziec drobiowy gotowany
kefir		200g
zupa jarzynowa z zacierk		350g
sos natkowy		50g
marchew gotowana		150g
ziemniaki z koperkiem		220g
kolacja	pieczywo pszenne	130g
	herbata	250g
	masło 82%	12,5g
	pol dwica drobiowa	40g
	serek kanapkowy	20g
	sałatka z sałaty, pomidora i ogórka kiszzonego	100g

#### Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Kajzerki, Kasza j czmienna, perłowa, Kefir, 2% tłuszczu, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy,

Energia (kcal)	2022,98
Energia (kJ)	8518,8
Białko ogółem (g)	96,59
Tłuszcz (g)	68,24
W glowodany ogółem (g)	262,91
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	27,7
Sacharoza (g)	24,09
Błonnik pokarmowy (g)	22,45
Sól (g)	6,65