

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 2.04

Jadłospis na dzie : 2024-04-20

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	herbata	250g
	szynka orzech	45g
	masło 82%	12,5g
	pieczywo pszenne	90g
	sok warzywno-owocowy	330g
	sałata	20g
	pomidor	80g
obiad	ser mozzarella	40g
	sos pomidorowy	50g
	napój owocowy	250g
	surówka z selera i jabłka	150g
	zupa jaglana z warzywami	350g
	schab wieprzowy gotowany	80g
kolacja	ziemniaki z koperkiem	220g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	pasta z jaj ze szczypiorkiem	80g
	szynka z indyka	45g
	pomidor	80g
	sałata	20g
	kawa zbo owa z mlekiem	250g
jabłko	180g	
herbata	250g	

Alergeny

Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywczce, 2% tłuszczu, Płatki j czmienne, Seler korzeniowy,

Energia (kcal)	1967,05
Energia (kJ)	7820,71
Białko ogółem (g)	95,59
Tłuszcz (g)	58,5
W glowodany ogółem (g)	269,59
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	22,58
Sacharoza (g)	31,83
Błonnik pokarmowy (g)	30,32
Sól (g)	7,79