

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 3.04

Jadłospis na dzie : 2024-04-26

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	pomidor	80g
	szynka z indyka	45g
	serek kanapkowy	20g
	sałata	20g
	masło 82%	12,5
	serek homogenizowany	150g
	pieczywo pszenne	90g
	herbata	250g
	płatki owsiane na mleku	300g
	obiad	napoj owocowy
sos jarzynowy		50g
ziemniaki z koprem		250
zupa pomidorowa z makaronem		350g
marchewka gotowana		150g
schab gotowany		80g
kefir		200g
kolacja	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5
	szynka konserwowa	45g
	twaro ek ze szczypiorkiem	80g
	sałata	20g
	kawa zbo owa z mlekiem	250g
	pomidor	80g

Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Kefir, 2% tłuszczu, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty, Serek twarogowy, homogenizowany, pełnotłusty

Energia (kcal)	2198,73
Energia (kJ)	9025,9
Białko ogółem (g)	118,36
Tłuszcz (g)	68,44
W glowodany ogółem (g)	281,24
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	34,14
Sacharoza (g)	22,17
Błonnik pokarmowy (g)	23,03
Sól (g)	5,15