

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta podstawowa 1.05

Jadłospis na dzie : 2024-05-03

Posiłek	Pozycja	Ilo	
I niadanie	herbata	250g	
	szynka orzech	45g	
	płatki owsiane na mleku	300g	
	ser twarogowy	21g	
	pomidor	80g	
	masło 82%	12,5g	
	sałata	20g	
	pieczywo mieszane	90	
	obiad	napój owocowy	250g
		surówka z buraka i jabłka	150g
ziemniaki z koprem		220g	
zupa pieczarkowa z makaronem		350g	
kolacja	filet drobiowy sma ony	80g	
	herbata	250g	
	pieczywo mieszane	80g	
	masło 82%	12,5g	
	nale nik z jabłkiem	160g	
	sałata	20g	
	kiełbasa szynkowa	40g	
	pomidor	80g	

#### Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, mietana, 18% tłuszczu,

Energia (kcal)	2217,66
Energia (kJ)	9315,23
Białko ogółem (g)	88,68
Tłuszcz (g)	74,46
W glowodany ogółem (g)	302,8
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	24,17
Sacharoza (g)	32,54
Błonnik pokarmowy (g)	25,88
Sól (g)	5,21