

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta podstawowa 1.05

Jadłospis na dzie : 2024-05-09

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	masło 82%	12,5g
	sałata	20g
	jogurt naturalny	150g
	kielbasa szynkowa	40g
	herbata	250g
	pieczywo mieszane	90g
	ser biały	60g
	pomidor	80g
	zupa mleczna	300g
	obiad	surówka z kapusty białej i pora
filet z kurczaka w sosie słodko-kwa nym z ananasem, marchewk i kukurydz		150g
napój owocowy		250g
ry br zowy gotowany na sypko		200g
zupa kalafiorowa z ziemniakami		350g
kolacja	herbata	250g
	zalewajka	350g
	kielbasa bawarska	65g
	pieczywo mieszane	130g
	masło 82%	12,5g
	bukiet warzyw na parze z ziołami	90g

#### Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2395,58
Energia (kJ)	10034,07
Białko ogółem (g)	102,85
Tłuszcz (g)	64,07
W glowodany ogółem (g)	313,17
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	30,84
Sacharoza (g)	32,77
Błonnik pokarmowy (g)	34,12
Sól (g)	5,91