

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta podstawowa 2.04

Jadłospis na dzie : 2024-04-14

Posiłek	Pozycja	Ilo	
I niadanie	ry na mleku	300g	
	sałata	20g	
	twaro ek ze szczypiorkiem	80g	
	kielbasa krakowska	40g	
	masło 82%	12.5g	
	pomidor	80g	
	pieczywo mieszane	90g	
	herbata	250g	
	obiad	szynka wieprzowa duszona w sosie	80g
		napój owocowy	250g
kasza gryczana gotowana na sypko		200g	
kapusta kiszona gotowana		150g	
zupa pomidorowa z makaronem		350g	
kolacja	sałatka jarzynowa	150g	
	szynka drobiowa	45g	
	sałata	20g	
	kiwi	70g	
	masło 82%	12.5g	
	pieczywo mieszane	130g	
	herbata	250g	
	kakao na mleku 2%	250g	

Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Kakao 16%, proszek, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywczce, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2247,3
Energia (kJ)	9395,07
Białko ogółem (g)	106,85
Tłuszcz (g)	70,37
W glowodany ogółem (g)	286,74
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	28,13
Sacharoza (g)	28,67
Błonnik pokarmowy (g)	31,39
Sól (g)	6,8