PCZ-Poddębice
UL. Mickiewicza 16 99-200 Poddębice

Symbol analizy: Dieta podstawowa 2.04

Jadłospis na dzień: 2024-04-18

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	herbata	250g
	masło 82%	12,5g
	jogurt naturalny	150g
	kiełbasa drobiowa	40g
	pieczywo mieszane	90g
	ser żółty	15g
	ogórek kwaszony	70g
	sałata	20g
	manna na mleku	300g
obiad	placki ziemniaczane	200g
	kapuśniak	350g
	jabłko gotowane	140g
	napój owocowy	250g
	twarożek ze szczypiorkiem	100g
kolacja	pieczywo mieszane	130g
	pasztet drobiowy	60g
	masło 82%	12,5g
	serek śmietankowy	30g
	herbata	250g
	pomidor	80g
	sałata	20g

Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kasza manna, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 500, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty, Ser, salami pełnotłusty,

Energia (kcal)	2173,92
Energia (kJ)	9121,51
Białko ogółem (g)	87,68
Tłuszcz (g)	77,65
Węglowodany ogółem (g)	289,35
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	33,44
Sacharoza (g)	23,97
Błonnik pokarmowy (g)	25,33
Sól (g)	6,86