

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta podstawowa 3.04

Jadłospis na dzie : 2024-04-22

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	kiełbasa krakowska	40g
	serek kanapkowy	20g
	herbata	250g
	sałata	20g
	masło 82%	12,5g
	papryka	80g
	pieczywo mieszane	90g
	płatki j czmienne na mleku	300g
obiad	krupnik	350g
	ziemniaki z koperkiem	220g
	buraki gotowane	150g
	napój owocowy	250g
	udko drobiowe pieczone	200g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo mieszane	130g
	masło 82%	12,5g
	pasta mi sno-warzywna	100g
	ser biały	60g
	sałata	20g
	pomidor	80g

Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Kasza j czmienna, perłowa, Masło ekstra, Mleko spo ywczce, 2% tłuszczu, Płatki j czmienne, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2190,54
Energia (kJ)	9193,66
Białko ogółem (g)	117,3
Tłuszcz (g)	79,26
W glowodany ogółem (g)	259,18
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	28,28
Sacharoza (g)	30,76
Błonnik pokarmowy (g)	29,48
Sól (g)	4,99