

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta podstawowa 3.04

Jadłospis na dzie : 2024-04-29

Posiłek	Pozycja	Ilo	
I niadanie	pomidor	80g	
	masło 82%	12,5g	
	sałata	20g	
	pieczywo mieszane	90g	
	herbata	250g	
	pasztet drobiowy	70g	
	jajko gotowane	50g	
	manna na mleku	300g	
	obiad	ziemniaki z koperkiem	220g
		napój owocowy	250g
kefir		200g	
zupa brokułowa z ziemniakami		350g	
ryba sma ona		80g	
kolacja	marchew gotowana	150g	
	herbata	250g	
	pieczywo mieszane	130g	
	masło 82%	12,5g	
	sałatka jarzynowa	150g	
	szynka ogonówka	45g	
	sałata	20g	
	tomater	80g	
	kakao na mleku 2%	250g	

Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Kakao 16%, proszek, Kasza manna, Kefir, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mintaj, wie y, Mleko spo ywczce, 2% tłuszczu, Musztarda, Seler korzeniowy,

Energia (kcal)	2264,43
Energia (kJ)	9509,34
Białko ogółem (g)	87,42
Tłuszcz (g)	83,89
W glowodany ogółem (g)	297,5
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	29,35
Sacharoza (g)	27,65
Błonnik pokarmowy (g)	34,52
Sól (g)	6,42