

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 1.06

Jadłospis na dzie : 2024-06-02

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	pieczywo pszenne	90g
	herbata	250g
	kiełbasa zielonogórska	40g
	jogurt naturalny	150g
	pomidor	80g
	sałata	20g
	zupa mleczna	300g
	masło 82%	12,5g
	jajko gotowane	50g
	obiad	kalafior gotowany na parze
pulpet drobiowo-wieprzowy gotowany		80g
zupa koperkowa z ziemniakami		350g
kasza j czmienna gotowana na sypko		200g
napój owocowy		250g
sos jarzynowy		50g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	pasta mi sno-warzywna	100g
	ser biały	60g
	sałatka z pomidorem, ogórkiem kwaszonym i oliw	100g

Alergeny

Bułki pszenne zwykłe, Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kajzerki, Kasza j czmienna, perłowa, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2003,95
Energia (kJ)	8432,68
Białko ogółem (g)	105,12
Tłuszcz (g)	59,84
W glowodany ogółem (g)	261,33
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	26,85
Sacharoza (g)	20,73
Błonnik pokarmowy (g)	20,8
Sól (g)	4,98