

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 1.06

Jadłospis na dzie : 2024-06-03

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	pieczywo pszenne	90g
	szynka orzech	45g
	płatki owsiane na mleku	300g
	ser twarogowy	21,43g
	herbata	250g
	serek homogenizowany	150g
	pomidor	80g
	sałata	20g
	masło 82%	12,5g
	obiad	kefir
sos koperkowy		50g
filet drobiowy gotowany		80g
ziemniaki z koperkiem		220g
napój owocowy		250g
zupa kalafiorowa z ziemniakami		350g
surówka z buraka i jabłka		150g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	kiełbasa szynkowa	40g
	serek mietankowy	30g
	sałata	20g
	jabłko	90g
	pomidor	80g

#### Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Kajzerki, Kefir, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywczę, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Serek twarogowy, homogenizowany, pełnotłusty,

Energia (kcal)	2080,53
Energia (kJ)	8748,11
Białko ogółem (g)	105,09
Tłuszcz (g)	66,81
W glowodany ogółem (g)	278,08
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	35,13
Sacharoza (g)	27,64
Błonnik pokarmowy (g)	21,34
Sól (g)	6,09