

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 1.06

Jadłospis na dzie : 2024-06-10

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	szynka delikatesowa	45g
	ry na mleku	300g
	herbata	250g
	pieczywo pszenne	90g
	pomidor	80g
	masło 82%	12,5g
	sałata	20g
	serek mietankowy	30g
obiad	napój owocowy	250g
	zupa warzywna z grysikiem	350g
	sos jarzynowy	50g
	burak gotowany	150g
	ziemniaki z koprem	220g
	pulpet wieprzowo-wołowy gotowany na parze	80g
	kefir	200g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	pasta z makreli i sera	100g
	kiełbasa rawska	40g
	pomara cza	100g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	kakao na mleku 2%	250g

Alergeny

Bułki pszenne zwykłe, Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kajzerki, Kakao 16%, proszek, Kasza manna, Kefir, 2% tłuszczu, Makrela, w dzona, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2181,18
Energia (kJ)	9174,25
Białko ogółem (g)	103,35
Tłuszcz (g)	73,6
W glowodany ogółem (g)	285,22
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	34,77
Sacharoza (g)	31,92
Błonnik pokarmowy (g)	21,11
Sól (g)	6,86