

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 3.05

Jadłospis na dzie : 2024-05-21

Posiłek	Pozycja	Ilo	
I niadanie	herbata	250g	
	płatki owsiane na mleku	300g	
	banan	180g	
	sałata	20g	
	masło 82%	12,5g	
	twaro ek ze szczypiorkiem	80g	
	szynka delikatesowa	40g	
	pieczywo pszenne	90g	
	pomidor	80g	
	obiad	zupa koperkowa z zacierk	350g
		ziemniaki z koperkiem	220g
sałata z jogurtem		100g	
sos jarzynowy		50g	
pulpet drobiowo-wieprzowy gotowany		80g	
napój owocowy		250g	
kolacja	kakao na mleku 2%	250g	
	pieczywo pszenne	130g	
	ser mozzarella	30g	
	szynka drobiowa	45g	
	sałatka brokułowa	150g	
	masło 82%	12,5g	
	sałata	20g	

Alergeny

Bułki pszenne zwykłe, Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kajzerki, Kakao 16%, proszek, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2110,74
Energia (kJ)	8549,17
Białko ogółem (g)	107,74
Tłuszcz (g)	62,29
W glowodany ogółem (g)	297,18
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	28,67
Sacharoza (g)	31,67
Błonnik pokarmowy (g)	19,88
Sól (g)	4,96