

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 3.05

Jadłospis na dzie : 2024-05-29

Posiłek	Pozycja	Ilo	
I niadanie	sałata	20g	
	manna na mleku	300g	
	pieczywo pszenne	90g	
	masło 82%	12,5g	
	pasztet drobiowy	70g	
	herbata	250g	
	jajko gotowane	50g	
	pomidor	80g	
	obiad	marchewka gotowana	150g
		kefir	200g
zupa brokułowa z ziemniakami		350g	
ryba na parze z warzywami		120g	
napój owocowy		250g	
kolacja	ziemniaki z koprem	250g	
	herbata	250g	
	chleb pszenny	130g	
	masło 82%	12,5	
	szynka ogonówka	45g	
	twarożek z koprem	80g	
	sałata	20g	
	pomidor	80g	
	kakao na mleku 2%	250g	

Alergeny

Chleb pszenny, Jaja kurze całe, Kajzerki, Kakao 16%, proszek, Kasza manna, Kefir, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mintaj, wie y, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2107,37
Energia (kJ)	8866,9
Białko ogółem (g)	96,88
Tłuszcz (g)	69,34
W glowodany ogółem (g)	282,74
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	29,91
Sacharoza (g)	22,55
Błonnik pokarmowy (g)	23,79
Sól (g)	5,61