

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta podstawowa 1.06

Jadłospis na dzie : 2024-06-06

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	masło 82%	12,5g
	pol dwica drobiowa	45g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	twaro ek z rzodkiewk	80g
	herbata	250g
	pieczywo mieszane	90g
	płatki owsiane na mleku	300g
	jogurt naturalny	150g
obiad	ziemniaki z koprem	220g
	kapusta gotowana	150g
	napój owocowy	250g
	karczek duszony w sosie	80g
	zupa botwinka z ziemniakami	350g
kolacja	sałata	20g
	pieczywo mieszane	130g
	masło 82%	12,5g
	kiełbasa krakowska	40g
	sałatka jarzynowa	150g
	herbata	250g

Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Musztarda, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2227,68
Energia (kJ)	9352,99
Białko ogółem (g)	92,98
Tłuszcz (g)	77,74
W glowodany ogółem (g)	296,33
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	28,97
Sacharoza (g)	39,91
Błonnik pokarmowy (g)	33,7
Sól (g)	5,85