

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta podstawowa 1.06

Jadłospis na dzie : 2024-06-09

| Posiłek                        | Pozycja                          | Ilo   |      |
|--------------------------------|----------------------------------|---|------|
| I niadanie                     | ser biały                        | 60g   |      |
|                                | pomidor                          | 80g   |      |
|                                | zupa mleczna                     | 300g  |      |
|                                | masło 82%                        | 12,5g   |      |
|                                | sałata                           | 20g   |      |
|                                | kiełbasa szynkowa                | 40g   |      |
|                                | herbata                          | 250g  |      |
|                                | pieczywo mieszane                | 90g   |      |
|                                | obiad                            | surówka z kapusty białej i pora   | 150g |
|                                |                                  | filet z kurczaka w sosie słodko-kwa nym z ananasem, marchewk i kukurydz | 150g |
| zupa kalafiorowa z ziemniakami |                                  | 350g  |      |
| ry br zowy gotowany na sypko   |                                  | 200g  |      |
| napój owocowy                  |                                  | 250g  |      |
| kolacja                        | herbata                          | 250g  |      |
|                                | ser twarogowy                    | 20g   |      |
|                                | kiełbasa bawarska                | 65g   |      |
|                                | pieczywo mieszane                | 130g  |      |
|                                | masło 82%                        | 12,5g   |      |
|                                | bukiet warzyw na parze z ziołami | 90g   |      |
|                                | sałata                           | 20g   |      |

#### Alergeny

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

|                               |         |
|-------------------------------|---------|
| Energia (kcal)                | 2094,71 |
| Energia (kJ)                  | 8769,32 |
| Białko ogółem (g)             | 94,99   |
| Tłuszcz (g)                   | 54,77   |
| W glowodany ogółem (g)        | 261,73  |
| Kwasy tłuszczowe nasycone (g) | 27,97   |
| Sacharoza (g)                 | 30,21   |
| Błonnik pokarmowy (g)         | 31,04   |
| Sól (g)                       | 6,11    |