

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta podstawowa 3.05

Jadłospis na dzie : 2024-05-24

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	kasza jaglana na mleku	300g
	masło 82%	12,5g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	jajko gotowane	50g
	szynka z indyka	45g
	herbata	250g
	pieczywo mieszane	90g
obiad	udko drobiowe pieczone	200g
	napój owocowy	250g
	ziemniaki z koperkiem	220g
	burak gotowany	150g
	rosół z makaronem	350g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo mieszane	80g
	masło 82%	12,5g
	kiełbasa rawska	40g
	ry z sosem truskawkowym	200g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	kakao na mleku 2%	250g

Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Kakao 16%, proszek, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy,

Energia (kcal)	2121,3
Energia (kJ)	8935,65
Białko ogółem (g)	111,02
Tłuszcz (g)	58,48
W glowodany ogółem (g)	291,56
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	24,61
Sacharoza (g)	33,85
Błonnik pokarmowy (g)	23,31
Sól (g)	4,77