

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta podstawowa 3.05

Jadłospis na dzie : 2024-05-29

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	pasztet drobiowy	70g
	jajko gotowane	50g
	manna na mleku	300g
	pomidor	80g
	masło 82%	12,5g
	sałata	20g
	pieczywo mieszane	90g
	herbata	250g
obiad	marchew gotowana	150g
	ryba sma ona	80g
	zupa brokułowa z ziemniakami	350g
	ziemniaki z koperkiem	220g
	kefir	200g
	napój owocowy	250g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo mieszane	130g
	masło 82%	12,5g
	szynka ogonówka	45g
	twaro ek z koprem	80g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	kakao na mleku 2%	250g

Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Kakao 16%, proszek, Kasza manna, Kefir, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mintaj, wie y, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Se twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2115,61
Energia (kJ)	8895,01
Białko ogółem (g)	92,98
Tłuszcz (g)	72,42
W glowodany ogółem (g)	279,75
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	29,84
Sacharoza (g)	23,07
Błonnik pokarmowy (g)	27,91
Sól (g)	5,48