

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 1.07

Jadłospis na dzie : 2024-07-03

Posiłek	Pozycja	Ilo	
I niadanie	herbata	250g	
	serek homogenizowany	150g	
	pomidor	80g	
	sałata	20g	
	masło 82%	12,5g	
	pieczywo pszenne	90g	
	szynka orzech	45g	
	płatki owsiane na mleku	300g	
	ser twarogowy	21,43g	
	obiad	zupa kalafiorowa z ziemniakami	350g
		ziemniaki z koperkiem	220g
kefir		200g	
surówka z buraka i jabłka		150g	
sos koperkowy		50g	
napój owocowy		250g	
filet drobiowy gotowany		80g	
kolacja	herbata	250g	
	pieczywo pszenne	130g	
	masło 82%	12,5g	
	kiełbasa szynkowa	40g	
	serek mietankowy	30g	
	sałata	20g	
	jabłko	90g	
	pomidor	80g	

Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Kajzerki, Kefir, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywczce, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Serek twarogowy, homogenizowany, pełnotłusty,

Energia (kcal)	2080,53
Energia (kJ)	8748,11
Białko ogółem (g)	105,09
Tłuszcz (g)	66,81
W glowodany ogółem (g)	278,08
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	35,13
Sacharoza (g)	27,64
Błonnik pokarmowy (g)	21,34
Sól (g)	6,09