

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 1.07

Jadłospis na dzie : 2024-07-07

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	zacierka na mleku	300g
	Herbata	250g
	ser twarogowy	20g
	masło 82%	12,5g
	pomidor	80g
	pieczywo pszenne	90g
	sałata	20g
	kefir z truskawk	200g
	kielbasa drobiowa	40g
	obiad	napój owocowy
surówka z selera i jabłka		150g
pulpet wieprzowo-wołowy gotowany		80g
sos jarzynowy		50g
zupa wielowarzywna z ziemniakami		350g
ziemniaki z koprem		220g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	szynka z indyka	45g
	pasta z sera i pomidora	100g
	bukiet warzyw na parze z oliw i ziołami	100g
	sałata	20g

Alergeny

Bułki pszenne zwykłe, Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Kajzerki, Kefir, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtusty,

Energia (kcal)	2022,05
Energia (kJ)	8502,03
Białko ogółem (g)	91,5
Tłuszcz (g)	64,72
W glowodany ogółem (g)	275,47
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	29,62
Sacharoza (g)	27,74
Błonnik pokarmowy (g)	27,09
Sól (g)	5,19