

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 2.06

Jadłospis na dzie : 2024-06-16

Posiłek	Pozycja	Ilo	
I niadanie	masło 82%	12,5g	
	pieczywo pszenne	90g	
	ser twarogowy plaster	20g	
	herbata	250g	
	sałata	20g	
	zacierka na mleku	300g	
	szynka drobiowa	40g	
	pomidor	80g	
	obiad	sos natkowy	50g
		zupa jarzynowa z zacierk	350g
napój owocowy		250g	
udko drobiowe gotowane		200g	
ziemniaki z koprem		220g	
sałata z jogurtem		100g	
kefir z wi ni		200g	
kolacja		bukiet warzyw na parze	80g
	kiełbasa zielonogórska	40g	
	masło 82%	12,5g	
	herbata	250g	
	pieczywo pszenne	130g	
	pasta z sera i pomidora	100g	
	sałata	20g	

#### Alergeny

Chleb pszenny, Jaja kurze całe, Kefir, 2% tłuszczu, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2135,56
Energia (kJ)	8983,39
Białko ogółem (g)	116,08
Tłuszcz (g)	70,98
W glowodany ogółem (g)	262,11
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	30,86
Sacharoza (g)	21,87
Błonnik pokarmowy (g)	23,11
Sól (g)	5,83