

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 3.06

Jadłospis na dzie : 2024-06-22

Posiłek	Pozycja	Ilo	
I niadanie	masło 82%	12,5g	
	herbata	250g	
	płatki j czmienne na mleku	300g	
	szynka z piersi drobiowej	45g	
	serek mietankowy	30g	
	sałata	20g	
	pomidor	80g	
	pieczywo pszenne	90g	
	obiad	krupnik	350g
		sos natkowy	50g
sałatka z buraka		150g	
udko drobiowe gotowane		200g	
napój owocowy		250g	
ziemniaki z koprem		220g	
kolacja	herbata	250g	
	pieczywo pszenne	130g	
	masło 82%	12,5g	
	pasta mi sno-warzywna	100g	
	ser biały	60g	
	sałata	20g	
	pomidor	80g	

#### Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Kajzerki, Kasza j czmienna, perłowa, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywczce, 2% tłuszczu, Płatki j czmienne, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2216,81
Energia (kJ)	9314,67
Białko ogółem (g)	122,33
Tłuszcz (g)	77,05
W glowodany ogółem (g)	268,33
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	32,35
Sacharoza (g)	29,58
Błonnik pokarmowy (g)	23,68
Sól (g)	5,2