

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 3.06

Jadłospis na dzie : 2024-06-27

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	serek mietankowy	30g
	zupa mleczna	300g
	masło 82%	12,5g
	herbata	250g
	jogurt naturalny	150g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	pieczywo pszenne	90g
	kielbasa krakowska	40g
	obiad	zupa koperkowa z ziemniakami
kasza j czmienna gotowana na sypko		200g
udziec drobiowy gotowany		140g
sos natkowy		50g
napój owocowy		250g
surówka z selera i marchwi		150g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	potrawka drobiowa z warzywami	120g
	ser twarogowy plaster	20g
	sałatka z sałaty, pomidora i ogórka kiszzonego	100g

Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kajzerki, Kasza j czmienna, perłowa, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy,

Energia (kcal)	2285,49
Energia (kJ)	9599,81
Białko ogółem (g)	116,42
Tłuszcz (g)	84,8
W glowodany ogółem (g)	263,59
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	34,33
Sacharoza (g)	21,82
Błonnik pokarmowy (g)	22,08
Sól (g)	5,99