

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta onkologiczna 2.06

Jadłospis na dzie : 2024-06-20

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	herbata	250g
	jogurt naturalny	150g
	ser mozzarella	40g
	masło 82%	12,5g
	pieczywo pszenne	90g
	sałata	20g
	szynka orzech	45g
	pomidor	80g
	płatki j czmienne na mleku	300g
II niadanie	sok warzywno-owocowy	330g
obiad	ziemniaki z koperkiem	220g
	napój owocowy	250g
	surówka z selera i jabłka	150g
	zupa jaglana z warzywami	350g
	sos pomidorowy	50g
	schab wieprzowy gotowany	80g
podwieczorek	sałatka z kaszy p czak z kukurydz , pomidorem i szynk	120g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	pasta z jaj ze szczypiorkiem	80g
	szynka z indyka	45g
	sałata z pomidorem, oliw i ziołami	80g
	kawa zbo owa z mlekiem	250g
	jabłko	180g

#### Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kajzerki, Kasza j czmienna, p czak, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywczce, 2% tłuszczu, Płatki j czmienne, Seler korzeniowy,

Energia (kcal)	2282,76
Energia (kJ)	9156,85
Białko ogółem (g)	117,62
Tłuszcz (g)	66,42
W glowodany ogółem (g)	308,67
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	25,76
Sacharoza (g)	33,29
Błonnik pokarmowy (g)	30,97
Sól (g)	9,39