

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta podstawowa 1.07

Jadłospis na dzie : 2024-07-03

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	pieczywo mieszane	90
	herbata	250g
	szynka orzech	45g
	płatki owsiane na mleku	300g
	ser twarogowy	21g
	pomidor	80g
	masło 82%	12,5g
	sałata	20g
	obiad	ziemniaki z koprem
napój owocowy		250g
filet drobiowy sma ony		80g
surówka z buraka i jabłka		150g
zupa zalewajka		350g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo mieszane	80g
	masło 82%	12,5g
	nale nik z jabłkiem	160g
	sałata	20g
	kiełbasa szynkowa	40g
	pomidor	80g

Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy,

Energia (kcal)	2305,41
Energia (kJ)	9678,85
Białko ogółem (g)	88,37
Tłuszcz (g)	81,38
W glowodany ogółem (g)	315,85
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	26,13
Sacharoza (g)	33,49
Błonnik pokarmowy (g)	26,24
Sól (g)	5,24