

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta podstawowa 1.07

Jadłospis na dzie : 2024-07-05

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	herbata	250g
	pieczywo mieszane	90g
	masło 82%	12,5g
	szynka z indyka	45g
	twaro ek ze szczypiorkiem	80g
	sałata	20G
	kasza j czmienna na mleku	300g
	papryka	80g
	obiad	kotlet mielony wieprzowo-wołowy sma ony
zupa brokułowa z zacierk		350g
buraczki zasma ane		150g
ziemniaki z koperkiem		220g
napój owocowy		250g
kolacja	ser óty	20g
	kawa zbo owa z mlekiem	250g
	pieczywo mieszane	130g
	masło 82%	12,5g
	kiełbasa łopatkowa	40g
	sałata	20g
	pomidor	80g

Alergeny

Bułka tarta, Bułki grahamki, Bułki pszenne zwykłe, Chleb graham, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Kasza j czmienna, perłowa, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywczce, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty, Ser, salami pełnotłusty,

Energia (kcal)	2065,6
Energia (kJ)	8675,11
Białko ogółem (g)	91,57
Tłuszcz (g)	72,12
W glowodany ogółem (g)	266,28
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	30,76
Sacharoza (g)	29,17
Błonnik pokarmowy (g)	25,87
Sól (g)	5,08