

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta podstawowa 2.06

Jadłospis na dzie : 2024-06-12

Posiłek	Pozycja	Ilo	
I niadanie	pomidor	80g	
	herbata	250g	
	szynka delikatesowa	45g	
	masło 82%	12,5	
	płatki jęczmienne na mleku	300g	
	pieczywo mieszane	90g	
	sałata	20g	
	d em mini	25g	
	obiad	kefir	200g
		zupa pieczarkowa z makaronem	350g
watroba wieprzowa w sosie		90g	
surówka z ogórka kiszzonego		150g	
napój owocowy		250g	
ziemniaki		220	
kolacja	herbata	250g	
	masło 82%	12,5	
	pieczywo mieszane	130g	
	kiełbasa rawska	40g	
	sałata z pomidorem, olejem i ziołami	100g	
	sałatka z tu czyka	120g	

#### Alergeny

Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kefir, 2% tłuszczu, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Płatki j czmienne, Seler korzeniowy, mietana, 18% tłuszczu, Tu czyk w sosie własnym,

Energia (kcal)	2183,59
Energia (kJ)	9184,17
Białko ogółem (g)	94,29
Tłuszcz (g)	67,19
W glowodany ogółem (g)	300,06
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	24,38
Sacharoza (g)	27,04
Błonnik pokarmowy (g)	25,74
Sól (g)	8,36