

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta podstawowa 3.06

Jadłospis na dzie : 2024-06-29

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	pieczywo mieszane	90g
	herbata	250g
	pasztet drobiowy	70g
	jajko gotowane	50g
	manna na mleku	300g
	pomidor	80g
	masło 82%	12,5g
	sałata	20g
	obiad	marchew gotowana
ryba sma ona		80g
zupa brokułowa z zacierk		350g
ziemniaki z koperkiem		220g
kefir		200g
napój owocowy		250g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo mieszane	130g
	masło 82%	12,5g
	szynka ogonówka	45g
	twaro ek z koprem	80g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	kakao na mleku 2%	250g

Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Kakao 16%, proszek, Kasza manna, Kefir, 2% tłuszczu, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mintaj, wie y, Mleko spo ywczce, 2% tłuszczu Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2114,32
Energia (kJ)	8890,26
Białko ogółem (g)	93,45
Tłuszcz (g)	72,67
W glowodany ogółem (g)	273,96
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	29,9
Sacharoza (g)	22,66
Błonnik pokarmowy (g)	26,87
Sól (g)	5,46