

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta podstawowa 3.06

Jadłospis na dzie : 2024-06-30

Posiłek	Pozycja	Ilo	
I niadanie	szynka parzona	45g	
	masło 82%	12,5	
	herbata	250g	
	płatki jeczmiennie na mleku	300g	
	sałata	20g	
	papryka	80g	
	pieczywo mieszane	90g	
	ser plaster twarogowy	21,43g	
	obiad	napój owocowy	250g
		sos pieczarkowy	50g
pulpet gotowany na parze		80g	
zupa burakowa z makaronem		350g	
kasza p czak na sypko		200g	
kolacja	surówka z pekińskiej kapusty	150g	
	herbata	250g	
	masło 82%	12,5g	
	pieczywo mieszane	130g	
	szynka z indyka	45g	
	pasta z makreli	80g	
	sałatka z pomidora, sałaty, ogórka kiszzonego i słonecznika	100g	

#### Alergeny

Bułki grahamki, Bułki pszenne zwykłe, Chleb graham, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kasza j czmienna, p czak, Makaron bezjeczny, Makrela, w dzona, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Płatki j czmiennie, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty, mietana, 18% tłuszczu,

Energia (kcal)	2081,85
Energia (kJ)	8745,46
Białko ogółem (g)	95,76
Tłuszcz (g)	71,5
W glowodany ogółem (g)	252,12
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	29,15
Sacharoza (g)	26,81
Błonnik pokarmowy (g)	26,52
Sól (g)	7,55