

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 1.08

Jadłospis na dzie : 2024-08-02

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	masło 82%	12,5g
	jajko gotowane	50g
	pieczywo pszenne	90g
	herbata	250g
	szynka z piersi kurczaka	45g
	banan	180g
	pomidor	80g
	sałata	20g
	zupa mleczna	300g
	obiad	sos jarzynowy
kasza j czmienna gotowana na sypko		200g
napój owocowy		250g
kalafior gotowany na parze		150g
zupa koperkowa z ziemniakami		350g
pulpet drobiowo-wieprzowy gotowany		80g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	pasta mi sno-warzywna	100g
	ser biały	60g
	sałatka z pomidorem, ogórkiem kwaszonym i oliw	100g

Alergeny

Bułki pszenne zwykłe, Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Kajzerki, Kasza j czmienna, perłowa, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywczce, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2015,69
Energia (kJ)	8488,41
Białko ogółem (g)	103,62
Tłuszcz (g)	55,73
W glowodany ogółem (g)	287,24
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	24,65
Sacharoza (g)	30,79
Błonnik pokarmowy (g)	22,53
Sól (g)	4,85