

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 1.08

Jadłospis na dzie : 2024-08-03

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	sałata	20g
	masło 82%	12,5g
	pieczywo pszenne	90g
	szynka orzech	45g
	płatki owsiane na mleku	300g
	ser twarogowy	21,43g
	herbata	250g
	serek homogenizowany	150g
	pomidor	80g
obiad	kefir	200g
	sos koperkowy	50g
	filet drobiowy gotowany	80g
	ziemniaki z koperkiem	220g
	napój owocowy	250g
	zupa kalafiorowa z ziemniakami	350g
	surówka z buraka i jabłka	150g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	kielbasa szynkowa	40g
	serek mietankowy	30g
	sałata	20g
	jabłko	90g
	pomidor	80g

Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Kajzerki, Kefir, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywczce, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Serek twarogowy, homogenizowany, pełnotłusty,

Energia (kcal)	2080,53
Energia (kJ)	8748,11
Białko ogółem (g)	105,09
Tłuszcz (g)	66,81
W glowodany ogółem (g)	278,08
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	35,13
Sacharoza (g)	27,64
Błonnik pokarmowy (g)	21,34
Sól (g)	6,09