

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 1.08

Jadłospis na dzie : 2024-08-06

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	twaro ek z koperkiem	80g
	pomidor	80g
	pieczywo pszenne	90g
	pol dwica drobiowa	45g
	masło 82%	12,5g
	herbata	250g
	płatki owsiane na mleku	300g
	sałata	20g
	banan	180g
obiad	gulasz drobiowy gotowany	120g
	napój owocowy	250g
	marchewka gotowana	150g
	zupa burakowa z makaronem	350g
	ziemniaki z koprem	220g
	kefir	200g
kolacja	sałatka jarzynowa	150g
	sałata	20g
	kiełbasa krakowska	40g
	masło 82%	12,5g
	kawa zbo owa z mlekiem	250g
	pieczywo pszenne	130g

#### Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Kajzerki, Kefir, 2% tłuszczu, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M k pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2261,3
Energia (kJ)	9525,64
Białko ogółem (g)	105,76
Tłuszcz (g)	61,26
W glowodany ogółem (g)	340,8
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	25,22
Sacharoza (g)	41,39
Błonnik pokarmowy (g)	30,36
Sól (g)	5,73