

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 1.08

Jadłospis na dzie : 2024-08-07

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	masło 82%	12,5g
	pomidor	80g
	pieczywo pszenne	90g
	sałata	20g
	kefir z truskawk	200g
	kiełbasa drobiowa	40g
	zacierka na mleku	300g
	Herbata	250g
	ser twarogowy	20g
	obiad	ziemniaki z koprem
sos jarzynowy		50g
zupa brokułowa z ziemniakami		350g
napój owocowy		250g
pulpet wieprzowo-wołowy gotowany		80g
surówka z selera i jabłka		150g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	szynka z indyka	45g
	pasta z sera i pomidora	100g
	bukiet warzyw na parze z oliw i ziołami	100g
	sałata	20g

#### Alergeny

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

Energia (kcal)	2005,77
Energia (kJ)	8435,9
Białko ogółem (g)	90,62
Tłuszcz (g)	64,67
W glowodany ogółem (g)	274,39
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	29,59
Sacharoza (g)	27,33
Błonnik pokarmowy (g)	25,22
Sól (g)	5,15