

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 1.08

Jadłospis na dzie : 2024-08-10

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	szynka delikatesowa	45g
	ry na mleku	300g
	herbata	250g
	pieczywo pszenne	90g
	pomidor	80g
	masło 82%	12,5g
	sałata	20g
	serek mietankowy	30g
	obiad	kefir
pulpet wieprzowo-wołowy gotowany na parze		80g
ziemniaki z koprem		220g
burak gotowany		150g
sos jarzynowy		50g
zupa warzywna z grysiem		350g
napój owocowy		250g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	pasta z makreli i sera	100g
	kiełbasa rawska	40g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	kakao na mleku 2%	250g

#### Alergeny

Bułki pszenne zwykłe, Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kajzerki, Kakao 16%, proszek, Kasza manna, Kefir, 2% tłuszczu, Makrela, w dzona, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywczne, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2150,72
Energia (kJ)	9045,95
Białko ogółem (g)	102,76
Tłuszcz (g)	73,47
W glowodany ogółem (g)	276,76
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	34,76
Sacharoza (g)	29,4
Błonnik pokarmowy (g)	19,87
Sól (g)	6,85