

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 2.07

Jadłospis na dzie : 2024-07-14

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	twaro ek ze szczypiorkiem	90g
	herbata	250g
	kielbasa krakowska	40g
	pieczywo pszenne	90g
	sałata	20g
	masło 82%	12,5g
	pomidor	80g
	ry na mleku	300g
	obiad	kasza j czmienna gotowana na sypko
sos jarzynowy		50g
schab wieprzowy gotowany		80g
brokuł gotowany na parze z oliw i ziołami		150g
napój owocowy		250g
zupa pomidorowa z makaronem		350g
kolacja	szynka drobiowa	45g
	sałatka jarzynowa	150g
	sałata	20g
	masło 82%	12,5g
	pieczywo pszenne	130g
	herbata	250g
	kakao na mleku 2%	250g

#### Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Kajzerki, Kakao 16%, proszek, Kasza j czmienna, perłowa, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywczce, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2131,83
Energia (kJ)	8926,84
Białko ogółem (g)	102,71
Tłuszcz (g)	63,39
W glowodany ogółem (g)	283,59
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	25,96
Sacharoza (g)	22,28
Błonnik pokarmowy (g)	23,33
Sól (g)	5,51