

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 3.07

Jadłospis na dzie : 2024-07-22

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	herbata	250g
	płatki j czmienne na mleku	300g
	szynka z piersi drobiowej	45g
	serek mietankowy	30g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	pieczywo pszenne	90g
	masło 82%	12,5g
	obiad	udko drobiowe gotowane
ziemniaki z koprem		220g
napój owocowy		250g
sałatka z buraka		150g
sos natkowy		50g
krupnik		350g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	pasta mi sno-warzywna	100g
	ser biały	75g
	sałata	20g
	pomidor	80g

Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Kajzerki, Kasza j czmienna, perłowa, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Płatki j czmienne, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2234,63
Energia (kJ)	9389,6
Białko ogółem (g)	124,85
Tłuszcz (g)	77,68
W glowodany ogółem (g)	268,83
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	32,73
Sacharoza (g)	29,58
Błonnik pokarmowy (g)	23,68
Sól (g)	5,22