

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 3.07

Jadłospis na dzie : 2024-07-26

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	herbata	250g
	płatki owsiane na mleku	300g
	pomidor	80g
	szynka z indyka	45g
	serek kanapkowy	17g
	sałata	20g
	masło 82%	12,5
	serek homogenizowany	150g
	pieczywo pszenne	90g
	obiad	zupa pomidorowa z makaronem
napoj owocowy		250g
sos jarzynowy		50g
schab gotowany		80g
ziemniaki z koprem		250
kefir		200g
marchewka gotowana		150g
kolacja	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5
	szynka konserwowa	45g
	twaro ek ze szczypiorkiem	80g
	sałata	20g
	kawa zbo owa z mlekiem	250g
	pomidor	80g

Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Kefir, 2% tłuszczu, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty, Serek twarogowy, homogenizowany, pełnotłusty

Energia (kcal)	2200,08
Energia (kJ)	9025,9
Białko ogółem (g)	118,4
Tłuszcz (g)	68,57
W glowodany ogółem (g)	281,25
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	34,14
Sacharoza (g)	22,17
Błonnik pokarmowy (g)	23,03
Sól (g)	5,15