

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta podstawowa 2.07

Jadłospis na dzie : 2024-07-11

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	kiełbasa łopatkowa	40g
	pieczywo mieszane	90g
	manna na mleku	300g
	masło 82%	12,5
	sałata	20g
	twarożek z rzodkiewk	80g
	herbata	250g
	jogurt naturalny	150g
	pomidor	80g
obiad	ziemniaki z koprem	220g
	Zupa szczawiowa z makaronem i jajkiem	350g
	napój owocowy	250g
	surówka z warzyw mieszanych	150g
	ryba panierowana sma ona	80g
kolacja	masło 82%	12,5
	pieczywo mieszane	130
	schab gotowany w sosie pomidorowym	80g
	serek kanapkowy	17g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	brzoskwinia	150g
	herbata	250g

Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kasza manna, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mintaj, wie y, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty, mietana, 18% tłuszczu,

Energia (kcal)	2160,08
Energia (kJ)	8893,17
Białko ogółem (g)	100,04
Tłuszcz (g)	68,33
W glowodany ogółem (g)	289,27
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	25,14
Sacharoza (g)	32,56
Błonnik pokarmowy (g)	27,84
Sól (g)	4,09