

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta podstawowa 3.07

Jadłospis na dzie : 2024-07-23

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	twarożek ze szczypiorem	80g
	pomidor	80g
	sałata	20g
	manna na mleku	300g
	herbata	250g
	pieczywo mieszane	90g
	masło 82%	12,5
	banan	180g
	szynka konserwowa	45g
	obiad	surówka z marchwi i selera
napój owocowy		250g
zupa mieszcza ska		350g
kasza gryczana na sypko		200g
karczek w sosie pieczeniowym		80
kolacja	herbata	250g
	masło 82%	12,5g
	pieczywo mieszane	130g
	kiełbaska bawarska na ciepło	65g
	ser twarogowy	21g
	bukiet warzyw na parze	80g
	sałata	20g

Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Kasza manna, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2122,96
Energia (kJ)	8849,91
Białko ogółem (g)	91,98
Tłuszcz (g)	59,3
W glowodany ogółem (g)	270,12
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	32,89
Sacharoza (g)	33,51
Błonnik pokarmowy (g)	29,41
Sól (g)	5,93