

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta podstawowa 3.07

Jadłospis na dzie : 2024-07-29

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	pieczywo mieszane	90g
	herbata	250g
	pasztet drobiowy	70g
	jajko gotowane	50g
	manna na mleku	300g
	pomidor	80g
	masło 82%	12,5g
	sałata	20g
	obiad	surówka z kiszanej kapusty
ryba sma ona		80g
zupa brokułowa z ziemniakami		350g
ziemniaki z koperkiem		220g
kefir		200g
napój owocowy		250g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo mieszane	130g
	masło 82%	12,5g
	szynka ogonówka	45g
	twaro ek z koprem	80g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	kakao na mleku 2%	250g

Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Kakao 16%, proszek, Kasza manna, Kefir, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mintaj, wie y, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Se twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2071,03
Energia (kJ)	8700,65
Białko ogółem (g)	92,34
Tłuszcz (g)	73,24
W glowodany ogółem (g)	265,63
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	29,17
Sacharoza (g)	20,41
Błonnik pokarmowy (g)	25,88
Sól (g)	6,17