

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 1.09

Jadłospis na dzie : 2024-09-09

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	zacierka na mleku	300g
	pieczywo pszenne	90g
	ser biały	60g
	masło 82%	12,5g
	szynka baks	45g
	herbata	250g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	obiad	ry gotowany na sypko
napój owocowy		250g
sałata z jogurtem		100g
zupa kalafiorowa z ziemniakami		350g
filet z kurczaka w sosie słodko-kwa nym z marchewk , ananasem i kukurydz		150g
kolacja	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	kielbaska bawarska na ciepło	65g
	ser plaster twarogowy	21,43g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	kiwi	70g

Alergeny

Chleb pszenny, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kajzerki, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mlekc spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2045,11
Energia (kJ)	8580,25
Białko ogółem (g)	100,9
Tłuszcz (g)	58,26
W glowodany ogółem (g)	277,58
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	27,16
Sacharoza (g)	29,59
Błonnik pokarmowy (g)	20,45
Sól (g)	5,8