

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 1.09

Jadłospis na dzie : 2024-09-10

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	pomidor	80g
	ry na mleku	300g
	masło 82%	12,5g
	szynka delikatesowa	45g
	serek mietankowy	30g
	sałata	20g
	banan	180g
	pieczywo pszenne	90g
	herbata	250g
	obiad	ziemniaki z koprem
burak gotowany		150g
pulpet wieprzowo-wołowy gotowany na parze		80g
kefir		200g
sos jarzynowy		50g
zupa warzywna z grysiem		350g
napój owocowy		250g
kolacja		herbata
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	pasta z makreli i sera	100g
	szynka z piersi drobiowej	45g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	kakao na mleku 2%	250g

Alergeny

Bułki pszenne zwykłe, Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kajzerki, Kakao 16%, proszek, Kasza manna, Kefir, 2% tłuszczu, Makrela, w dzona, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2239,36
Energia (kJ)	9426,05
Białko ogółem (g)	106,7
Tłuszcz (g)	71,83
W glowodany ogółem (g)	310,93
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	34,99
Sacharoza (g)	40,81
Błonnik pokarmowy (g)	21,61
Sól (g)	6,89