

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 2.08

Jadłospis na dzie : 2024-08-14

Posiłek	Pozycja	Ilo	
I niadanie	tomidor	80g	
	ry na mleku	300g	
	twaro ek ze szczypiorkiem	90g	
	herbata	250g	
	kielbasa krakowska	40g	
	pieczywo pszenne	90g	
	sałata	20g	
	masło 82%	12,5g	
	obiad	sos jarzynowy	50g
		schab wieprzowy gotowany	80g
kasza j czmienna gotowana na sypko		200g	
zupa pomidorowa z makaronem		350g	
brokuł gotowany na parze z oliw i ziołami		150g	
napój owocowy		250g	
kolacja	szynka drobiowa	45g	
	sałatka jarzynowa	150g	
	sałata	20g	
	masło 82%	12,5g	
	pieczywo pszenne	130g	
	herbata	250g	
	kakao na mleku 2%	250g	

#### Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Kajzerki, Kakao 16%, proszek, Kasza j czmienna, perlowa, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywczce, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2131,83
Energia (kJ)	8926,84
Białko ogółem (g)	102,71
Tłuszcz (g)	63,39
W glowodany ogółem (g)	283,59
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	25,96
Sacharoza (g)	22,28
Błonnik pokarmowy (g)	23,33
Sól (g)	5,51