PCZ-Poddębice
UL. Mickiewicza 16 99-200 Poddębice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 3.08

Jadłospis na dzień: 2024-08-22

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	sałata	20g
	jogurt naturalny	150g
	płatki jęczmienne na mleku	300g
	herbata	250g
	szynka z piersi drobiowej	45g
	masło 82%	12,5g
	serek kanapkowy	17g
	pieczywo pszenne	90g
	pomidor	80g
obiad	ziemniaki z koprem	220g
	krupnik	350g
	napój owocowy	250g
	sałatka z buraka	150g
	sos natkowy	50g
	udko drobiowe gotowane	200g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	pasta mięsno-warzywna	100g
	ser biały	75g
	sałata	20g
	pomidor	80g

Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kajzerki, Kasza jęczmienna, perłowa, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 500, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Płatki jęczmienne, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2304,71
Energia (kJ)	9495,98
Białko ogółem (g)	130,23
Tłuszcz (g)	79,61
Węglowodany ogółem (g)	276,64
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	30,56
Sacharoza (g)	30,93
Błonnik pokarmowy (g)	23,68
Sól (g)	5,28