

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 3.08

Jadłospis na dzie : 2024-08-29

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	pasztet drobiowy	70g
	jogurt naturalny	150g
	pomidor	80g
	manna na mleku	300g
	sałata	20g
	pieczywo pszenne	90g
	masło 82%	12,5
	jajko gotowane	50g
	herbata	250g
	obiad	napój owocowy
zupa brokułowa z ziemniakami		350g
ryba na parze z warzywami		120g
marchewka gotowana		150g
ziemniaki z koprem		250g
kolacja	herbata	250g
	chleb pszenny	130g
	masło 82%	12,5
	szynka ogonówka	45g
	twarozek z koprem	80g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	kakao na mleku 2%	250g

#### Alergeny

Chleb pszenny, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kajzerki, Kakao 16%, proszek, Kasza manna, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mintaj, wie y, Mleko spo ywczce, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtusty,

Energia (kcal)	2017,37
Energia (kJ)	8493,85
Białko ogółem (g)	96,57
Tłuszcz (g)	59,44
W glowodany ogółem (g)	282,65
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	28,77
Sacharoza (g)	23,9
Błonnik pokarmowy (g)	23,79
Sól (g)	5,66