

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta podstawowa 1.09

Jadłospis na dzie : 2024-09-02

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	szynka z piersi kurczaka	45g
	herbata	250g
	pomidor	80g
	pieczywo mieszane	90g
	sałata	20g
	jajko gotowane	50g
	zupa mleczna	300g
	masło 82%	12,5g
obiad	kasza gryczana gotowana na sypko	200g
	szynka wieprzowa duszona w sosie	120g
	napój owocowy	250g
	surówka z kiszanej kapusty	150g
	zupa pieczarkowa z makaronem	350g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo mieszane	130g
	masło 82%	12,5g
	pasta mi sno-warzywna	100g
	ser biały	60g
	sałatka z pomidorem, ogórkiem kwaszonym i oliw	100g

#### Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywczce, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty, mietana, 18% tłuszczu,

Energia (kcal)	2051,13
Energia (kJ)	8615,98
Białko ogółem (g)	111,34
Tłuszcz (g)	69,18
W glowodany ogółem (g)	234,24
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	26,85
Sacharoza (g)	19,98
Błonnik pokarmowy (g)	26,67
Sól (g)	5,66