

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta podstawowa 1.09

Jadłospis na dzie : 2024-09-06

| Posiłek | Pozycja | Ilo | |
|--------------------|-------------------------|---------------------------|------|
| I niadanie | masło 82% | 12,5g | |
| | płatki owsiane na mleku | 300g | |
| | pieczywo mieszane | 90g | |
| | twaro ek z rzodkiewk | 80g | |
| | pomidor | 80g | |
| | sałata | 20g | |
| | pol dwica drobiowa | 45g | |
| | herbata | 250g | |
| | obiad | karczek duszony w sosie | 80g |
| | | zupa burakowa z makaronem | 350g |
| ziemniaki z koprem | | 220g | |
| kapusta gotowana | | 150g | |
| napój owocowy | | 250g | |
| kolacja | sałata | 20g | |
| | pieczywo mieszane | 130g | |
| | masło 82% | 12,5g | |
| | kiełbasa krakowska | 40g | |
| | sałatka jarzynowa | 150g | |
| | herbata | 250g | |

Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Musztarda, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

| | |
|-------------------------------|---------|
| Energia (kcal) | 2200,18 |
| Energia (kJ) | 9238,79 |
| Białko ogółem (g) | 89,42 |
| Tłuszcz (g) | 76,66 |
| W glowodany ogółem (g) | 289,44 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone (g) | 27,85 |
| Sacharoza (g) | 36,64 |
| Błonnik pokarmowy (g) | 31,71 |
| Sól (g) | 6,11 |