

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta podstawowa 1.09

Jadłospis na dzie : 2024-09-07

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	herbata	250g
	masło 82%	12,5g
	kiełbasa drobiowa	45g
	zacierka na mleku	300g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	pieczywo mieszane	90g
	ser twarogowy	20g
	obiad	napój owocowy
ziemniaki z koperkiem		220g
stek z cebul		100g
surówka z kapusty pekińskiej		150g
urek z ziemniakami		350g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo mieszane	130g
	masło 82%	12,5g
	pasta z sera i pomidora	120g
	szynka z indyka	45g
	sałata z pomidorem, słonecznikiem i oliw	100g

Alergeny

Bułka tarta, Bułki grahamki, Bułki pszenne zwykłe, Chleb graham, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Masło ekstra, Mleko pszenne, typ 500, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2161,86
Energia (kJ)	9066,32
Białko ogółem (g)	91,66
Tłuszcz (g)	85,27
Węglowodany ogółem (g)	261,46
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	30,18
Sacharoza (g)	21,15
Błonnik pokarmowy (g)	26,21
Sól (g)	5,87