

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta podstawowa 2.08

Jadłospis na dzie : 2024-08-14

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	masło 82%	12.5g
	kiełbasa krakowska	40g
	twaro ek ze szczypiorkiem	80g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	ry na mleku	300g
	herbata	250g
	pieczywo mieszane	90g
obiad	szynka wieprzowa duszona w sosie	80g
	kasza gryczana gotowana na sypko	200g
	surówka z kapusty kwaszonej	150g
	napój owocowy	250g
	zupa pomidorowa z makaronem	350g
kolacja	sałatka jarzynowa	150g
	szynka drobiowa	45g
	sałata	20g
	masło 82%	12.5g
	pieczywo mieszane	130g
	herbata	250g
	kakao na mleku 2%	250g

Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Kakao 16%, proszek, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywczce, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2148,15
Energia (kJ)	8980,95
Białko ogółem (g)	104,81
Tłuszcz (g)	66,87
W glowodany ogółem (g)	271,81
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	25,98
Sacharoza (g)	28,04
Błonnik pokarmowy (g)	29,24
Sól (g)	6,61