

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta podstawowa 2.08

Jadłospis na dzie : 2024-08-16

| Posiłek | Pozycja | Ilo |
|---|-------------------------|------------------------|
| I niadanie | pomidor | 80g |
| | pieczywo mieszane | 90g |
| | sałata | 20g |
| | herbata | 250g |
| | zupa mleczna | 300g |
| | szynka z indyka | 45g |
| | ser twarogowy plaster | 20g |
| | masło 82% | 12,5g |
| | obiad | filet drobiowy sma ony |
| ziemniaki z koprem | | 220g |
| fasolka szparagowa z masłem i bułk tart | | 150g |
| napój owocowy | | 250g |
| kapu niak | | 350g |
| kolacja | pieczywo mieszane | 130g |
| | herbata | 250g |
| | masło 82% | 12,5g |
| | ogórek kwaszony | 80g |
| | kiełbasa zielonogórska | 40g |
| | pasta z sera i pomidora | 100g |
| | sałata | 20g |
| | kakao na mleku 2% | 250g |

Alergeny

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

| | |
|-------------------------------|---------|
| Energia (kcal) | 2103,87 |
| Energia (kJ) | 8833,95 |
| Białko ogółem (g) | 100,3 |
| Tłuszcz (g) | 74,97 |
| W glowodany ogółem (g) | 260,5 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone (g) | 33,41 |
| Sacharoza (g) | 21,09 |
| Błonnik pokarmowy (g) | 26,59 |
| Sól (g) | 7,12 |