

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta podstawowa 3.08

Jadłospis na dzie : 2024-08-27

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	kiełbasa krakowska	40g
	herbata	250g
	pomidor	80g
	ser ółty	15g
	sałata	20g
	masło 82%	12,5g
	banan	180g
	pieczywo mieszane	90g
	zupa mleczna	300g
obiad	barszcz biały z ziemniakami	350g
	szynka wieprzowa duszona w sosie	120g
	napój owocowy	250g
	kasza j czmienna gotowana na sypko	200g
	surówka z białej kapusty z kiszonym ogórkiem i kukurydż	150g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo mieszane	130g
	masło 82%	12,5g
	potrawka drobiowa z warzywami	120g
	serek kanapkowy	17g
	sałatka z sałaty, ogórka kiszzonego i pomidora	100g

Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Kasza j czmienna, perłowa, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywczne, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser, salami pełnotłusty, mietana, 18% tłuszczu,

Energia (kcal)	2269,22
Energia (kJ)	9340,73
Białko ogółem (g)	103,46
Tłuszcz (g)	80,82
W glowodany ogółem (g)	290,26
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	27,74
Sacharoza (g)	32,25
Błonnik pokarmowy (g)	28,87
Sól (g)	5,86