

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta podstawowa 3.08

Jadłospis na dzie : 2024-08-29

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	sałata	20g
	herbata	250g
	pasztet drobiowy	70g
	pomidor	80g
	manna na mleku	300g
	jajko gotowane	50g
	jogurt naturalny	150g
	masło 82%	12,5g
	pieczywo mieszane	90g
	obiad	surówka z kiszanej kapusty
ryba sma ona		80g
ziemniaki z koperkiem		220g
zupa brokułowa z ziemniakami		350g
napój owocowy		250g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo mieszane	130g
	masło 82%	12,5g
	szynka ogonówka	45g
	twaro ek z koprem	80g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	kakao na mleku 2%	250g

Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kakao 16%, proszek, Kasza manna, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mintaj, wie y, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2093,5
Energia (kJ)	8793,89
Białko ogółem (g)	92,98
Tłuszcz (g)	72,45
W glowodany ogółem (g)	272,1
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	28,66
Sacharoza (g)	21,8
Błonnik pokarmowy (g)	26,15
Sól (g)	6,22