

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta podstawowa 4.08

Jadłospis na dzie : 2024-08-31

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	masło 82%	12,5g
	serek homogenizowany	150g
	kasza jaglana na mleku	300g
	pomidor	80g
	herbata	250g
	sałata	20g
	szynka konserwowa	45g
	serek mietankowy	30g
	pieczywo mieszane	90g
	obiad	zupa jarzynowa z ry em
piecze z karczku		80g
kefir		200g
surowka z kapusty kwaszonej		150g
ziemniaki z koperkiem		220g
napój owocowy		250g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo mieszane	130g
	masło 82%	12,5g
	twaro ek ze szczypiorkiem	80g
	szynka z indyka	45g
	sałata	20g
	ogórek kwaszony	60g

Alergeny

Chleb graham, Chleb zwykły, Kajzerki, Kefir, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty, Serek twarogowy, homogenizowany, pełnotłusty,

Energia (kcal)	2124,89
Energia (kJ)	8913,65
Białko ogółem (g)	103,71
Tłuszcz (g)	83,85
W glowodany ogółem (g)	240,67
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	39,54
Sacharoza (g)	19,27
Błonnik pokarmowy (g)	21,16
Sól (g)	6,68