

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 2.09

Jadłospis na dzie : 2024-09-17

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	sałata	20g
	banan	180g
	herbata	250g
	chleb pszenny	90g
	płatki j czmienne na mleku	300g
	masło 82%	12,5g
	szynka konserwowa	45g
	serek homogenizowany	150g
	pomidor	80g
	obiad	napój owocowy
udziec drobiowy gotowany		150g
sałata z jogurtem		100g
zupa koperkowa z ziemniakami		350g
ry biały gotowany na sypko		200g
sos jarzynowy		50g
kolacja	szynka drobiowa	40g
	sałata	20g
	herbata	250g
	pomidor	80g
	jajko gotowane	50g
	masło 82%	12,5g
	pieczywo pszenne	130g

Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywczce, 2% tłuszczu, Płatki j czmienne, Seler korzeniowy, Serek twarogowy, homogenizowany, pełnotłusty,

Energia (kcal)	2165,69
Energia (kJ)	9110,99
Białko ogółem (g)	108,73
Tłuszcz (g)	70,51
W glowodany ogółem (g)	286,19
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	33,57
Sacharoza (g)	30,39
Błonnik pokarmowy (g)	19,23
Sól (g)	5,29