

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 3.09

Jadłospis na dzie : 2024-09-29

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	manna na mleku	300g
	sałata	20g
	pieczywo pszenne	90g
	masło 82%	12,5
	jajko gotowane	50g
	herbata	250g
	pasztet drobiowy	70g
	pomidor	80g
obiad	marchewka gotowana	150g
	kefir	200g
	zupa brokułowa z ziemniakami	350g
	ryba na parze z warzywami	120g
	ziemniaki z koprem	250g
	napój owocowy	250g
kolacja	herbata	250g
	chleb pszenny	130g
	masło 82%	12,5
	szynka ogonówka	45g
	twarozek z koprem	80g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	kakao na mleku 2%	250g

Alergeny

Chleb pszenny, Jaja kurze całe, Kajzerki, Kakao 16%, proszek, Kasza manna, Kefir, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mintaj, wie y, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2026,37
Energia (kJ)	8533,9
Białko ogółem (g)	96,88
Tłuszcz (g)	60,34
W glowodany ogółem (g)	282,74
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	29,31
Sacharoza (g)	22,55
Błonnik pokarmowy (g)	23,79
Sól (g)	5,61