

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 1.10

Jadłospis na dzie : 2024-10-08

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	banan	180g
	serek homogenizowany naturalny	150g
	sałata	20g
	płatki jęczmienne na mleku	300g
	szynka orzech	45g
	masło 82%	12,5g
	herbata	250g
	pieczywo pszenne	90g
obiad	zupa brokułowa z zacierk	350g
	surówka z marchewki z jabłkiem	150g
	udko drobiowe gotowane	200g
	ziemniaki z koprem	220g
	napój owocowy	250g
	sos natkowy	50g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5
	jajko gotowane	50g
	szynka drobiowa	45g
	sałatka z pomidora, sałaty i ogórka kwaszonego	100g

Alergeny

Chleb pszenny, Jaja kurze całe, Kajzerki, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Płatki j czmienne, Seler korzeniowy, Serek twarogowy, homogenizowany, pełnotłusty,

Energia (kcal)	2316,36
Energia (kJ)	9731,81
Białko ogółem (g)	121,95
Tłuszcz (g)	84,47
W glowodany ogółem (g)	285,39
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	35,42
Sacharoza (g)	32,56
Błonnik pokarmowy (g)	22,33
Sól (g)	6,46