

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 1.10

Jadłospis na dzie : 2024-10-09

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	pieczywo pszenne	90g
	ser biały	60g
	masło 82%	12,5g
	szynka baks	45g
	herbata	250g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	zacierka na mleku	300g
	obiad	napój owocowy
ry gotowany na sypko		200g
sałata z jogurtem		100g
filet z kurczakaw sosie słodko-kwa nym z marchewk , ananasem i kukurydz		150g
zupa kalafiorowa z ziemniakami		350g
kolacja	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	kielbaska bawarska na ciepło	65g
	ser plaster twarogowy	21,43g
	bukiet warzyw na parze z ziołami	90g

Alergeny

Chleb pszenny, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kajzerki, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mlekc spo ywczce, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2002,89
Energia (kJ)	8400,95
Białko ogółem (g)	100,95
Tłuszcz (g)	57,97
W glowodany ogółem (g)	266,14
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	27,07
Sacharoza (g)	28,5
Błonnik pokarmowy (g)	18,39
Sól (g)	5,71