

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta podstawowa 2.09

Jadłospis na dzie : 2024-09-15

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	herbata	250g
	ser óty plaster	15g
	szynka wieprzowa	45g
	kasza j czmienna na mleku	300g
	sałata	20g
	masło 82%	12,5g
	pieczywo mieszane	90g
	papryka	80g
	obiad	kefir z wi ni
rosół z makaronem		350g
napój owocowy		250ml
ziemniaki z koprem		220g
marchew gotowana		150g
Udka drobiowe pieczone		200g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo mieszane	130g
	masło 82%	12,5g
	pol dwica drobiowa	40g
	serek kanapkowy	20g
	sałatka z sałaty, pomidora i ogórka kiszzonego	100g

Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Kasza j czmienna, perłowa, Kefir, 2% tłuszczu, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser, salami pełnotłusty,

Energia (kcal)	2144,26
Energia (kJ)	9015,45
Białko ogółem (g)	103,42
Tłuszcz (g)	77,27
W glowodany ogółem (g)	264,56
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	28,85
Sacharoza (g)	25,45
Błonnik pokarmowy (g)	27,04
Sól (g)	6,35