

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta podstawowa 2.09

Jadłospis na dzie : 2024-09-17

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	pieczywo mieszane	90g
	masło 82%	12,5g
	płatki j czmienne na mleku	300g
	sałata	20g
	serek homogenizowany	150g
	pomidor	80g
	banan	180g
	szynka konserwowa	45g
	herbata	250g
	obiad	ry br zowy gotowany na sypko
mi so wieprzowe duszone z warzywami		120g
zupa zalewajka z ziemniakami		350g
napój owocowy		250g
sałata z jogurtem		100g
kolacja	masło 82%	12,5g
	sałata	20g
	herbata	250g
	pomidor	80g
	pieczywo mieszane	130g
	szynka drobiowa	45g
	jajko gotowane	50g

Alergeny

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

Energia (kcal)	2219,98
Energia (kJ)	9325,41
Białko ogółem (g)	96,26
Tłuszcz (g)	76,4
W glowodany ogółem (g)	293,27
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	35,4
Sacharoza (g)	32,42
Błonnik pokarmowy (g)	29,97
Sól (g)	5,09