

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta podstawowa 3.09

Jadłospis na dzie : 2024-09-23

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	masło 82%	12,5
	jabłko	180g
	szynka konserwowa	45g
	twarozek z koprem	80g
	pomidor	80g
	sałata	20g
	manna na mleku	300g
	herbata	250g
	pieczywo mieszane	90g
	obiad	kasza gryczana na sypko
karczek w sosie pieczeniowym		80g
napój owocowy		250g
zupa mieszcza ska		350g
surówka z marchwi i selera		150g
kolacja	herbata	250g
	masło 82%	12,5g
	pieczywo mieszane	130g
	kiełbaska bawarska na ciepło	65g
	ser twarogowy	21g
	bukiet warzyw na parze	80g
	sałata	20g

#### Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Kasza manna, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywczce, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2083,08
Energia (kJ)	8676,4
Białko ogółem (g)	91,39
Tłuszcz (g)	59,46
W glowodany ogółem (g)	251,21
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	32,82
Sacharoza (g)	24,9
Błonnik pokarmowy (g)	30,07
Sól (g)	5,94