

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 1.11

Jadłospis na dzie : 2024-11-07

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	jogurt naturalny	150g
	kiełbasa drobiowa	40g
	zacierka na mleku	300g
	Herbata	250g
	ser twarogowy	20g
	masło 82%	12,5g
	pomidor	80g
	pieczywo pszenne	90g
	sałata	20g
obiad	napój owocowy	250g
	surówka z selera i jabłka	150g
	pulpet wieprzowo-wołowy gotowany	80g
	sos jarzynowy	50g
	zupa wielowarzywna	350g
	ziemniaki z koprem	220g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	szynka z indyka	45g
	pasta z sera i pomidora	100g
	pomara cza	100g
	sałata	20g

Alergeny

Bułki pszenne zwykłe, Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kajzerki, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2008,43
Energia (kJ)	8445,29
Białko ogółem (g)	92,12
Tłuszcz (g)	62,19
W glowodany ogółem (g)	279,94
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	29,51
Sacharoza (g)	30,2
Błonnik pokarmowy (g)	24,85
Sól (g)	5,23