

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 2.10

Jadłospis na dzie : 2024-10-15

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	sałata	20g
	pomidor	80g
	pieczywo pszenne	90g
	masło 82%	12,5g
	kasza j czmienna na mleku	300g
	szynka wieprzowa	45g
	herbata	250g
	ser twarogowy plaster	20g
	banan	180g
	obiad	zupa jarzynowa z zacierk
udko drobiowe gotowane		200g
marchew gotowana		150g
sos natkowy		50g
ziemniaki z koprem		220g
kolacja		pieczywo pszenne
	herbata	250g
	masło 82%	12,5g
	pol dwica drobiowa	40g
	serek kanapkowy	20g
	sałatka z sałaty, pomidora i ogórka kiszzonego	100g

#### Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Kajzerki, Kasza j czmienna, perłowa, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy,

Energia (kcal)	2108,7
Energia (kJ)	8876,28
Białko ogółem (g)	102,23
Tłuszcz (g)	71,7
W glowodany ogółem (g)	281,28
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	27,61
Sacharoza (g)	32,88
Błonnik pokarmowy (g)	22,94
Sól (g)	6,62