

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 2.10

Jadłospis na dzie : 2024-10-17

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	masło 82%	12,5g
	szynka konserwowa	45g
	serek homogenizowany	150g
	pomidor	80g
	sałata	20g
	jogurt naturalny	150g
	herbata	250g
	chleb pszenny	90g
	płatki j czmienne na mleku	300g
obiad	sos jarzynowy	50g
	zupa koperkowa z ziemniakami	350g
	ry biały gotowany na sypko	200g
	napój owocowy	250g
	surówka z marchewki i jabłka	150g
	udziec drobiowy gotowany	150g
kolacja	szynka drobiowa	40g
	sałata	20g
	herbata	250g
	pomidor	80g
	jajko gotowane	50g
	masło 82%	12,5g
	pieczywo pszenne	130g
	pomara cza	100g

#### Alergeny

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

Energia (kcal)	2220,52
Energia (kJ)	9334,86
Białko ogółem (g)	111,75
Tłuszcz (g)	76,37
W glowodany ogółem (g)	274,13
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	34,55
Sacharoza (g)	24,95
Błonnik pokarmowy (g)	22,61
Sól (g)	5,6