

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 3.10

Jadłospis na dzie : 2024-10-22

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	serek kanapkowy	17g
	herbata	250g
	pieczywo pszenne	90g
	płatki j czmienne na mleku	300g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	banan	180g
	masło 82%	12,5g
	szynka z piersi drobiowej	45g
obiad	sos natkowy	50g
	ziemniaki z koprem	220g
	udko drobiowe gotowane	200g
	krupnik	350g
	napój owocowy	250g
	sałatka z buraka	150g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	pasta mi sno-warzywna	100g
	ser biały	75g
	sałata	20g
	pomidor	80g

Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Kajzerki, Kasza j czmienna, perłowa, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Płatki j czmienne, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2322,71
Energia (kJ)	9574,91
Białko ogółem (g)	125,44
Tłuszcz (g)	77,22
W glowodany ogółem (g)	303,59
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	29,07
Sacharoza (g)	40,9
Błonnik pokarmowy (g)	25,42
Sól (g)	5,07