

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 3.10

Jadłospis na dzie : 2024-10-23

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	jabłko	180g
	manna na mleku	300g
	pieczywo pszenne	90g
	masło 82%	12,5
	herbata	250g
	szynka konserwowa	45g
	twarozek z koprem	80g
	pomidor	80g
	sałata	10g
	obiad	surówka z marchwi i selera
filet drobiowy gotowany		80g
kefir		200g
sos koperkowy		50g
kasza j czmienna na sypko		200g
napój owocowy		250g
zupa pomidorowa z makaronem		350g
kolacja		herbata
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	schab gotowany	80g
	sos pomidorowy	50g
	ser plaster twarogowy	21g
	bukiet warzyw na parze	80g
	sałata	20g

#### Alergeny

Chleb pszenny, Kajzerki, Kasza j czmienna, perlowa, Kasza manna, Kefir, 2% tłuszczu, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy chudy,

Energia (kcal)	2050,24
Energia (kJ)	8597,77
Białko ogółem (g)	114,42
Tłuszcz (g)	50,21
W glowodany ogółem (g)	280,91
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	23,93
Sacharoza (g)	22,39
Błonnik pokarmowy (g)	23,43
Sól (g)	4,84