

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 3.10

Jadłospis na dzie : 2024-10-27

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	herbata	250g
	masło 82%	12,5g
	zupa mleczna	300g
	serek mietankowy	30g
	sałata	20g
	kiełbasa krakowska	40g
	pieczywo pszenne	90g
	pomidor	80g
	obiad	surówka z selera i marchwi
sos natkowy		50g
zupa koperkowa z ziemniakami		350g
udziec drobiowy gotowany		140g
kasza j czmienna gotowana na sypko		200g
napój owocowy		250g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	potrawka drobiowa z warzywami	120g
	ser twarogowy plaster	20g
	sałatka z sałaty, pomidora i ogórka kiszzonego	100g

#### Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Kajzerki, Kasza j czmienna, perłowa, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywczę, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy,

Energia (kcal)	2204,49
Energia (kJ)	9258,26
Białko ogółem (g)	110,62
Tłuszcz (g)	82,1
W glowodany ogółem (g)	255,22
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	32,73
Sacharoza (g)	20,47
Błonnik pokarmowy (g)	22,08
Sól (g)	5,78