

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 3.10

Jadłospis na dzie : 2024-10-29

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	masło 82%	12,5
	manna na mleku	300g
	jajko gotowane	50g
	pomidor	80g
	pasztet drobiowy	70g
	herbata	250g
	banan	180g
	pieczywo pszenne	90g
	sałata	20g
	obiad	ryba na parze z warzywami
marchewka gotowana		150g
napój owocowy		250g
zupa brokułowa z ziemniakami		350g
ziemniaki z koprem		250g
kolacja	chleb pszenny	130g
	masło 82%	12,5
	szynka ogonówka	45g
	twarożek z koprem	80g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	kakao na mleku 2%	250g
	herbata	250g

#### Alergeny

Chleb pszenny, Jaja kurze całe, Kajzerki, Kakao 16%, proszek, Kasza manna, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mintaj, wie y, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2035,37
Energia (kJ)	8572,79
Białko ogółem (g)	91,78
Tłuszcz (g)	57,04
W glowodany ogółem (g)	309,6
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	27,29
Sacharoza (g)	33,87
Błonnik pokarmowy (g)	25,52
Sól (g)	5,44