

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 4.10

Jadłospis na dzie : 2024-10-31

Posiłek	Pozycja	Ilo	
I niadanie	pieczywo pszenne	90g	
	kasza jaglana na mleku	300g	
	serek smietankowy	30g	
	herbata	250g	
	pomidor	80g	
	serek homogenizowany	150g	
	szynka konserwowa	45g	
	jogurt naturalny	150g	
	masło 82%	12,5g	
	sałata	20g	
	obiad	surówka z marchwi i jabłka	150g
		zupa jarzynowa z ry em	350g
		ziemniaki z koperkiem	220g
napój owocowy		250g	
filet drobiowy gotowany		80g	
sos koperkowy		50g	
kolacja	herbata	250g	
	pieczywo pszenne	130g	
	masło 82%	12,5g	
	twaro ek ze szczypiorkiem	80g	
	szynka z indyka	45g	
	sałata	20g	
	pomidor	80g	
	kakao na mleku 2%	250g	

Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kakao 16%, proszek, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty, Serek twarogowy, homogenizowany pełnotłusty,

Energia (kcal)	2123,86
Energia (kJ)	8937,95
Białko ogółem (g)	116,21
Tłuszcz (g)	68,19
W glowodany ogółem (g)	266,72
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	37,04
Sacharoza (g)	23,06
Błonnik pokarmowy (g)	20,62
Sól (g)	5,28