

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta podstawowa 1.11

Jadłospis na dzie : 2024-11-05

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	masło 82%	12,5g
	sałata	20G
	pieczywo mieszane	90g
	twaro ek ze szczypiorkiem	80g
	banan	180g
	kasza jaglana na mleku	300g
	papryka	80g
	szynka z indyka	45g
	herbata	250g
	obiad	fasolka szparagowa z masłem i bułk tart
napój owocowy		250g
zupa ogórkowa		350g
kefir		200g
ziemniaki z koprem		220g
kotlet drobiowy sma ony		80g
kolacja	kawa zbo owa z mlekiem	250g
	pieczywo mieszane	130g
	masło 82%	12,5g
	kiełbasa łopatkowa	40g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	ser ółty	20g

#### Alergeny

Bułka tarta, Bułki grahamki, Bułki pszenne zwykłe, Chleb graham, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Kefir, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywczce, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty, Ser, salami pełnotłusty, mietana, 18% tłuszczu,

Energia (kcal)	2216
Energia (kJ)	9315,18
Białko ogółem (g)	104,15
Tłuszcz (g)	71,39
W glowodany ogółem (g)	306,3
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	33,15
Sacharoza (g)	32,76
Błonnik pokarmowy (g)	29,13
Sól (g)	6,78