

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta podstawowa 1.11

Jadłospis na dzie : 2024-11-06

Posiłek	Pozycja	Ilo	
I niadanie	pomidor	80g	
	sałata	20g	
	pol dwica drobiowa	45g	
	herbata	250g	
	masło 82%	12,5g	
	płatki owsiane na mleku	300g	
	pieczywo mieszane	90g	
	twaro ek z rzodkiewk	80g	
	obiad	ziemniaki z koprem	220g
		karczek duszony w sosie	80g
napój owocowy		250g	
zupa burakowa z makaronem		350g	
kapusta gotowana		150g	
kolacja	sałata	20g	
	pieczywo mieszane	130g	
	masło 82%	12,5g	
	kiełbasa krakowska	40g	
	sałatka jarzynowa	150g	
	herbata	250g	

Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Musztarda, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2200,18
Energia (kJ)	9238,79
Białko ogółem (g)	89,42
Tłuszcz (g)	76,66
W glowodany ogółem (g)	289,44
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	27,85
Sacharoza (g)	36,64
Błonnik pokarmowy (g)	31,71
Sól (g)	6,11