

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta podstawowa 1.11

Jadłospis na dzie : 2024-11-09

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	pieczywo mieszane	90g
	herbata	250g
	zupa mleczna	300g
	szynka baks	45g
	sałata	20g
	masło 82%	12,5g
	pomidor	80g
	ser biały	60g
	obiad	zupa kalafiorowa z ziemniakami
napój owocowy		250g
ry br zowy gotowany na sypko		200g
filet z kurczaka w sosie słodko-kwa nym z ananasem, marchewk i kukurydz		150g
surówka z kapusty białej i pora		150g
kolacja	herbata	250g
	zalewajka	350g
	kiełbasa bawarska	65g
	pieczywo mieszane	130g
	masło 82%	12,5g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	kiwi	70g

Alergeny

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

Energia (kcal)	2313,72
Energia (kJ)	9693,22
Białko ogółem (g)	98,97
Tłuszcz (g)	58,23
W glowodany ogółem (g)	310,67
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	29,9
Sacharoza (g)	31,62
Błonnik pokarmowy (g)	33,93
Sól (g)	5,58