

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta podstawowa 2.11

Jadłospis na dzie : 2024-11-11

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	pieczywo mieszane	90g
	manna na mleku	300g
	masło 82%	12,5
	sałata	20g
	twarozek z rzodkiewk	80g
	herbata	250g
	pomidor	80g
	szynka parzona	45g
	obiad	surówka z warzyw mieszanych
	Zupa szczawiowa z makaronem i jajkiem	350g
	ryba panierowana sma ona	80g
	ziemniaki z koprem	220g
	napój owocowy	250g
	kolacja	masło 82%
	pieczywo mieszane	130
	schab gotowany w sosie pomidorowym	80g
	ser twarogowy	21g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	kiwi	70g
	herbata	250g

#### Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Kasza manna, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mintaj, wie y, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty, mietana, 18% tłuszczu,

Energia (kcal)	2023,15
Energia (kJ)	8509
Białko ogółem (g)	95,88
Tłuszcz (g)	63,21
W glowodany ogółem (g)	269,48
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	25,09
Sacharoza (g)	22,2
Błonnik pokarmowy (g)	26,13
Sól (g)	4,4