

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta podstawowa 2.10

Jadłospis na dzie : 2024-10-12

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	szynka delikatesowa	45g
	herbata	250g
	pomidor	80g
	płatki jeczienne na mleku	300g
	d em mini	25g
	sałata	20g
	pieczywo mieszane	90g
	masło 82%	12,5
	obiad	kotlet drobiowy sma ony
	napój owocowy	250g
	zupa pieczarkowa z makaronem	350g
	surówka z ogórka kiszzonego	150g
	kefir	200g
	ziemniaki z koprem	220g
kolacja	herbata	250g
	masło 82%	12,5
	pieczywo mieszane	130g
	kiełbasa rawska	40g
	sałata z pomidorem, olejem i ziołami	100g
	sałatka z tu czyka	120g

Alergeny

Bułka tarta, Bułki pszenne zwykłe, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kefir, 2% tłuszczu, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Płatki j czmienne, Sele korzeniowy, mietana, 18% tłuszczu, Tu czyk w sosie własnym,

Energia (kcal)	2150,2
Energia (kJ)	9046,56
Białko ogółem (g)	94,29
Tłuszcz (g)	64,43
W glowodany ogółem (g)	297,55
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	22,88
Sacharoza (g)	27,14
Błonnik pokarmowy (g)	26,03
Sól (g)	8,46