

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta podstawowa 2.11

Jadłospis na dzie : 2024-11-15

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	kasza j czmienna na mleku	300g
	kiwi	80g
	ser óty plaster	15g
	herbata	250g
	papryka	80g
	pieczywo mieszane	90g
	szynka wieprzowa	45g
	masło 82%	12,5g
	sałata	20g
	obiad	ry gotowany na sypko
surówka z warzyw mieszanych		150g
zalewajka		350g
napój owocowy		250ml
mi so wieprzowe duszone z warzywami		120g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo mieszane	130g
	masło 82%	12,5g
	pol dwica drobiowa	40g
	serek kanapkowy	20g
	sałatka z sałaty, pomidora i ogórka kiszzonego	100g

#### Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Kasza j czmienna, perłowa, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywczce, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser, salami pełnotłusty,

Energia (kcal)	2024,72
Energia (kJ)	8511,06
Białko ogółem (g)	81,36
Tłuszcz (g)	69,4
W glowodany ogółem (g)	264,1
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	26,33
Sacharoza (g)	21,12
Błonnik pokarmowy (g)	32,17
Sól (g)	5,69