

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta podstawowa 2.11

Jadłospis na dzie : 2024-11-16

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	pieczywo mieszane	90g
	sałata	20g
	herbata	250g
	zupa mleczna	300g
	szynka z indyka	45g
	serek mietankowy	30g
	masło 82%	12,5g
	pomidor	80g
	obiad	fasolka szparagowa gotowana, z bułk tart i masłem
filet drobiowy sma ony		80g
kapu niak		350g
ziemniaki z koprem		220g
napój owocowy		250g
kolacja	pieczywo mieszane	130g
	herbata	250g
	masło 82%	12,5g
	ogórek kwaszony	80g
	kiełbasa zielonogórska	40g
	pasta z sera i pomidora	100g
	sałata	20g

Alergeny

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

Energia (kcal)	2003,52
Energia (kJ)	8403,57
Białko ogółem (g)	94,16
Tłuszcz (g)	72,71
W glowodany ogółem (g)	247,1
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	32,41
Sacharoza (g)	20,43
Błonnik pokarmowy (g)	26,25
Sól (g)	6,62