

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta podstawowa 2.10

Jadłospis na dzie : 2024-10-17

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	jogurt naturalny	150g
	szynka konserwowa	45g
	herbata	250g
	pieczywo mieszane	90g
	masło 82%	12,5g
	płatki j czmienne na mleku	300g
	sałata	20g
	serek homogenizowany	150g
	pomidor	80g
	obiad	napój owocowy
surówka z warzyw mieszanych		150g
mi so wieprzowe duszone z warzywami		120g
zupa zalewajka z ziemniakami		350g
ry br zowy gotowany na sypko		200g
kolacja	masło 82%	12,5g
	sałata	20g
	herbata	250g
	pomidor	80g
	pieczywo mieszane	130g
	szynka drobiowa	45g
	jajko gotowane	50g
	pomara cza	100g

Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Płatki j czmienne, Seler korzeniowy, Serek twarogowy, homogenizowany, pełnotłusty,

Energia (kcal)	2266,76
Energia (kJ)	9515,66
Białko ogółem (g)	100,37
Tłuszcz (g)	82,16
W glowodany ogółem (g)	277,01
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	36,36
Sacharoza (g)	24,74
Błonnik pokarmowy (g)	32,57
Sól (g)	5,24