

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta podstawowa 3.10

Jadłospis na dzie : 2024-10-23

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	pomidor	80g
	sałata	20g
	manna na mleku	300g
	herbata	250g
	pieczywo mieszane	90g
	masło 82%	12,5
	jabłko	180g
	szynka konserwowa	45g
	twarozek z koprem	80g
	obiad	surówka z marchwi i selera
napój owocowy		250g
zupa pomidorowa z makaronem		350g
kasza gryczana na sypko		200g
karczek w sosie pieczeniowym		80g
kolacja	herbata	250g
	masło 82%	12,5g
	pieczywo mieszane	130g
	kiełbaska bawarska na ciepło	65g
	ser twarogowy	21g
	bukiet warzyw na parze	80g
	sałata	20g

Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Kasza manna, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2131,5
Energia (kJ)	8903,02
Białko ogółem (g)	93,63
Tłuszcz (g)	59,82
W glowodany ogółem (g)	260,2
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	32,9
Sacharoza (g)	25,03
Błonnik pokarmowy (g)	30,4
Sól (g)	5,92