

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. cukrzycowa 1.12

Jadłospis na dzie : 2024-12-02

| Posiłek | Pozycja | Ilo |
|--------------|---|-------|
| I niadanie | szynka z piersi kurczaka | 45g |
| | jajko gotowane | 50g |
| | sałata | 20g |
| | herbata | 250g |
| | masło 82% | 12,5g |
| | pieczywo razowe | 90g |
| II niadanie | masło 82% | 10g |
| | pieczywo graham | 40g |
| | sałata z ogórkiem | 70g |
| | pasta z makreli i sera | 100g |
| obiad | pulpet wieprzowo-drobiowy gotowany | 80g |
| | napój owocowy | 250g |
| | zupa koperkowa z ziemniakami | 350g |
| | sos jarzynowy | 50g |
| | kalafior gotowany na parze | 150g |
| | kasza j czmienna gotowana na sypko | 200g |
| podwieczorek | sałatka makaronowa z brokułem, kukurydzą i serem mozzarella | 150g |
| kolacja | herbata | 250g |
| | pieczywo razowe | 130g |
| | masło 82% | 12,5g |
| | ser biały | 60g |
| | pasta mi smo-warzywna | 100g |
| | sałatka z pomidorem, ogórkiem kwaszonym i oliwą | 100g |

Alergeny

Bułki grahamki, Bułki pszenne zwykłe, Chleb graham, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kasza j czmienna, perłowa, Makaron bezjajeczny, Makrela, w dzona, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

| | |
|-------------------------------|---------|
| Energia (kcal) | 2310,84 |
| Energia (kJ) | 9242,26 |
| Białko ogółem (g) | 132,03 |
| Tłuszcz (g) | 83,89 |
| W glowodany ogółem (g) | 251,55 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone (g) | 30,72 |
| Sacharoza (g) | 11,97 |
| Błonnik pokarmowy (g) | 34,43 |
| Sól (g) | 7,26 |