

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. cukrzycowa 1.12

Jadłospis na dzie : 2024-12-10

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	banan	180g
	sałata	20g
	pieczywo razowe	90g
	masło 82%	12,5g
	szynka delikatesowa	45g
	pomidor	80g
	herbata	250g
	serek mietankowy	30g
II niadanie	mus owocowy	200g
obiad	napój owocowy	250g
	kefir	200g
	sos jarzynowy	50g
	zupa mieszcza ska	350g
	kefir	200g
	pulpet wieprzowo-wołowy gotowany	80g
	burak gotowany	150g
	ziemniaki z koprem	220g
podwieczorek	sałatka makaronowa z w dlin , kukurydz i rzodkiewk	120g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo razowe	130g
	masło 82%	12,5g
	pasta z makreli i sera	100g
	kiełbasa rawska	40g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	kakao na mleku 2%	250g

#### Alergeny

Bułki grahamki, Bułki pszenne zwykłe, Chleb graham, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kakao 16%, proszek, Kefir, 2% tłuszczu, Makrela, w dzona, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2278,18
Energia (kJ)	9503,23
Białko ogółem (g)	107,46
Tłuszcz (g)	71,91
W glowodany ogółem (g)	318,79
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	32,89
Sacharoza (g)	33,13
Błonnik pokarmowy (g)	35,61
Sól (g)	7,63