

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. lekkostrawna 1.12

Jadłospis na dzie : 2024-12-08

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	pieczywo pszenne	90g
	pomidor	80g
	serek homogenizowany naturalny	150g
	sałata	20g
	płatki jęczmienne na mleku	300g
	szynka orzech	45g
	masło 82%	12,5g
	herbata	250g
	obiad	sos natkowy
ziemniaki z koprem		220g
napój owocowy		250g
zupa koperkowa		350g
udko drobiowe gotowane		200g
surówka z marchewki z jabłkiem		150g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5
	jajko gotowane	50g
	szynka drobiowa	45g
	sałatka z pomidora, sałaty i ogórka kwaszonego	100g

Alergeny

Chleb pszenny, Jaja kurze całe, Kajzerki, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywczce, 2% tłuszczu, Płatki j czmienne, Seler korzeniowy, Serek twarogowy, homogenizowany, pełnotłusty,

Energia (kcal)	2230,53
Energia (kJ)	9367,18
Białko ogółem (g)	119,65
Tłuszcz (g)	83,77
W glowodany ogółem (g)	260,73
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	35,24
Sacharoza (g)	20,78
Błonnik pokarmowy (g)	20,19
Sól (g)	6,42