

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. lekkostrawna 1.12

Jadłospis na dzie : 2024-12-10

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	kasza jaglana na mleku	300g
	banan	180g
	pieczywo pszenne	90g
	sałata	20g
	herbata	250g
	serek mietankowy	30g
	pomidor	80g
	szynka delikatesowa	45g
	masło 82%	12,5g
	obiad	zupa mieszcza ska
burak gotowany		150g
pulpet wieprzowo-wołowy gotowany na parze		80g
napój owocowy		250g
ziemniaki z koprem		220g
kefir		200g
sos jarzynowy		50g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	pasta z makreli i sera	100g
	kiełbasa rawska	40g
	sałata	20g
	pomidor	80g

#### Alergeny

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

Energia (kcal)	2302,14
Energia (kJ)	9615,88
Białko ogółem (g)	106,11
Tłuszcz (g)	74,6
W glowodany ogółem (g)	320,36
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	35,11
Sacharoza (g)	40,76
Błonnik pokarmowy (g)	21,97
Sól (g)	6,92