

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 3.11

Jadłospis na dzie : 2024-11-21

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	mandarynka	80g
	herbata	250g
	płatki owsiane na mleku	300g
	pomidor	80g
	pieczywo pszenne	90g
	szynka delikatesowa	40g
	masło 82%	12,5g
	twaro ek ze szczypiorkiem	80g
	obiad	napój owocowy
zupa koperkowa z zacierk		350g
pulpet drobiowo-wieprzowy gotowany		80g
ziemniaki z koperkiem		220g
sos jarzynowy		50g
sałata z jogurtem		100g
kolacja	kakao na mleku 2%	250g
	pieczywo pszenne	130g
	ser mozzarella	30g
	szynka w dzona	45g
	sałatka brokułowa	150g
	masło 82%	12,5g
	sałata	20g

Alergeny

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

Energia (kcal)	2053,32
Energia (kJ)	8302,93
Białko ogółem (g)	108,37
Tłuszcz (g)	63,26
W glowodany ogółem (g)	268,89
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	29,13
Sacharoza (g)	23,96
Błonnik pokarmowy (g)	19,17
Sól (g)	5,17