

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta lekkostrawna 3.11

Jadłospis na dzie : 2024-11-29

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	manna na mleku	300g
	jajko gotowane	50g
	pomidor	80g
	pasztet drobiowy	70g
	herbata	250g
	koktajl wi niowy	200g
	pieczywo pszenne	90g
	sałata	20g
	masło 82%	12,5
	obiad	zupa brokułowa z ziemniakami
ziemniaki z koprem		250g
marchewka gotowana		150g
napój owocowy		250g
ryba na parze z warzywami		120g
kolacja	chleb pszenny	130g
	masło 82%	12,5
	szynka ogonówka	45g
	twarozek z koprem	80g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	kakao na mleku 2%	250g
	herbata	250g

#### Alergeny

Chleb pszenny, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kajzerki, Kakao 16%, proszek, Kasza manna, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mintaj, wie y, Mleko spo ywczce, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtusty,

Energia (kcal)	2060,44
Energia (kJ)	8675,99
Białko ogółem (g)	96,61
Tłuszcz (g)	59,7
W glowodany ogółem (g)	295,98
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	28,84
Sacharoza (g)	26,65
Błonnik pokarmowy (g)	24,72
Sól (g)	5,63