

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. onkologiczna 1.12

Jadłospis na dzie : 2024-12-05

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	pomidor	80g
	szynka z indyka	45g
	sałata	20g
	herbata	250g
	masło 82%	12,5g
	kasza jaglana na mleku	300g
	jogurt naturalny	150g
	pieczywo pszenne	90g
	twaro ek ze szczypiorkiem	80g
	II niadanie	chleb chrupki
jabłko		180g
obiad	sos jarzynowy	50g
	filet drobiowy gotowany	80g
	zupa warzywna z grysikiem	350g
	brokuł gotowany na parze	150g
	napój owocowy	250g
	kefir	200g
	ziemniaki z koprem	220g
	podwieczorek	budy
kolacja	masło 82%	12,5g
	pieczywo pszenne	130g
	kawa zbo owa z mlekiem	250g
	kiełbasa łopatkowa	40g
	serek mietankowy	30g
	sałata	20g
	pomidor	80g

#### Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kajzerki, Kasza manna, Kefir, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2117,8
Energia (kJ)	8929,59
Białko ogółem (g)	109,55
Tłuszcz (g)	55,11
W glowodany ogółem (g)	304,58
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	30,51
Sacharoza (g)	29,5
Błonnik pokarmowy (g)	22,09
Sól (g)	5,36