

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. podstawowa 1.12

Jadłospis na dzie : 2024-12-07

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	kiełbasa drobiowa	45g
	masło 82%	12,5g
	ser twarogowy	20g
	pieczywo mieszane	90g
	pomidor	80g
	sałata	20g
	herbata	250g
	zacierka na mleku	300g
obiad	napój owocowy	250g
	urek z ziemniakami	350g
	ziemniaki z koperkiem	220g
	stek z cebul	100g
	kefir z truskawk	200g
	surówka z kapusty peki skiej	150g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo mieszane	130g
	masło 82%	12,5g
	pasta z sera i pomidora	120g
	szynka z indyka	45g
	pomara cza	100g
	sałata	20g

#### Alergeny

Bułka tarta, Bułki grahamki, Bułki pszenne zwykłe, Chleb graham, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Kefir, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2203,98
Energia (kJ)	9248,51
Białko ogółem (g)	94,47
Tłuszcz (g)	83,01
W glowodany ogółem (g)	275,91
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	31,07
Sacharoza (g)	24,23
Błonnik pokarmowy (g)	27,4
Sól (g)	5,96