

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: Dieta podstawowa 3.11

Jadłospis na dzie : 2024-11-27

| Posiłek | Pozycja | Ilo |
|------------|---|-------|
| I niadanie | pomidor | 80g |
| | ser óty | 15g |
| | sałata | 20g |
| | masło 82% | 12,5g |
| | pieczywo mieszane | 90g |
| | zupa mleczna | 300g |
| | kiełbasa krakowska | 40g |
| obiad | herbata | 250g |
| | szynka wieprzowa duszona w sosie | 120g |
| | barszcz biały z ziemniakami | 350g |
| | napój owocowy | 250g |
| | kasza j czmienna gotowana na sypko | 200g |
| kolacja | surówka z białej kapusty z kiszonym ogórkiem i kukurydż | 150g |
| | herbata | 250g |
| | pieczywo mieszane | 130g |
| | masło 82% | 12,5g |
| | potrawka drobiowa z warzywami | 120g |
| | serek kanapkowy | 20g |
| | sałatka z sałaty, ogórka kiszzonego i pomidora | 100g |

Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Kasza j czmienna, perłowa, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywczce, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser, salami pełnotłusty, mietana, 18% tłuszczu,

| | |
|-------------------------------|---------|
| Energia (kcal) | 2170,22 |
| Energia (kJ) | 8920,25 |
| Białko ogółem (g) | 102,44 |
| Tłuszcz (g) | 80,52 |
| W glowodany ogółem (g) | 254,94 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone (g) | 27,62 |
| Sacharoza (g) | 20,92 |
| Błonnik pokarmowy (g) | 27,14 |
| Sól (g) | 5,85 |