

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. cukrzycowa 1.01

Jadłospis na dzie : 2025-01-05

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	pieczywo razowe	90g
	herbata	250g
	pomidor	80g
	masło 82%	12,5g
	twaro ek ze szczypiorkiem	80g
	szynka z indyka	45g
	sałata	20g
II niadanie	jogurt naturalny	150g
obiad	udko drobiowe gotowane	200g
	zupa grysikowa z warzywami	350g
	ziemniaki z koprem	220g
	napój owocowy	250g
	sos jarzynowy	50g
	brokuł na parze	150g
podwieczorek	pieczywo razowe	40g
	masło	10g
	sałatka z kaszy p czak z w dlin , pomidorem i kukurydza	120g
kolacja	kawa zbo owa z mlekiem 2%	250g
	pieczywo razowe	130g
	masło 82%	12,5g
	kielbasa łopatkowa	40g
	serek mietankowy	30g
	sałata	20g
	pomidor	80g

Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kasza j czmienna, p czak, Kasza manna, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2209,95
Energia (kJ)	9281,66
Białko ogółem (g)	124,55
Tłuszcz (g)	78
W glowodany ogółem (g)	251,39
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	36,45
Sacharoza (g)	13,44
Błonnik pokarmowy (g)	32,2
Sól (g)	6,64