

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. cukrzycowa 3.12

Jadłospis na dzie : 2024-12-22

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	jajo gotowane	50g
	szynka parzona	45g
	masło 82%	12,5g
	pomidor	80g
	sałata	20g
	pomara cza	100g
	herbata	250g
	pieczywo razowe	90g
II niadanie	koktajl truskawkowy	200g
obiad	krupnik	350g
	napój owocowy	250g
	udko drobiowe gotowane	200g
	sos natkowy	50g
	burak gotowany	150g
	ziemniaki z koperkiem	220g
podwieczorek	sałatka makaronowa	120g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo razowe	130g
	masło 82%	12,5g
	pasta mi sno-warzywna	100g
	ser biały	60g
	sałata	20g
	pomidor	80g

Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kasza j czmienna, perłowa, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywczce, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2212,62
Energia (kJ)	9293,24
Białko ogółem (g)	128,94
Tłuszcz (g)	72,4
W glowodany ogółem (g)	268,01
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	28,95
Sacharoza (g)	25,37
Błonnik pokarmowy (g)	34,03
Sól (g)	5,69