

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. cukrzycowa 3.12

Jadłospis na dzie : 2024-12-29

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	pieczywo razowe	90g
	masło 82%	12,5g
	szynka z piersi drobiowej	45g
	jajo gotowane	50g
	pomidor	80g
	mandarynka	80g
	sałata	20g
	herbata	250g
II niadanie	serek homogenizowany	150g
obiad	filet drobiowy gotowany	80g
	marchew gotowana	150g
	sos natkowy	50g
	ziemniaki z koprem	220g
	zupa burakowa z makaronem	350g
	napój owocowy	250g
podwieczorek	sałatka z tu czykiem, ry em, kukurydz i jajkiem	120g
	masło 82%	10g
	pieczywo graham	40g
kolacja	herbata	250g
	sałata	20g
	pieczywo razowe	130g
	masło 82%	12,5g
	twaro ek z koperkiem	80g
	szynka konserwowa	45g
	pomidor	80g

Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Jaja kurze całe, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty, Serek twarogowy, homogenizowany, pełnotłusty, Tu czyk w sosie własnym,

Energia (kcal)	2182,91
Energia (kJ)	9172,1
Białko ogółem (g)	120,2
Tłuszcz (g)	67,92
W glowodany ogółem (g)	272,47
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	33,9
Sacharoza (g)	20,56
Błonnik pokarmowy (g)	35,72
Sól (g)	6,33