

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. lekkostrawna 2.12

Jadłospis na dzie : 2024-12-11

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	sok warzywno-owocowy	330g
	szynka orzech	45g
	pomidor	80g
	sałata	20g
	ser mozzarella	40g
	płatki j czmienne na mleku	300g
	masło 82%	12,5g
	pieczywo pszenne	90g
	herbata	250g
	obiad	zupa jaglana z warzywami
surówka z selera i jabłka		150g
ziemniaki z koperkiem		220g
sos pomidorowy		50g
napój owocowy		250g
pulpet wieprzowo-wołowy gotowany		80g
kolacja		masło 82%
	pasta z jaj ze szczypiorkiem	80g
	szynka z indyka	45g
	pomidor	80g
	sałata	20g
	kakao na mleku 2%	250g
	herbata	250g
	pieczywo pszenne	130g

#### Alergeny

Bułki pszenne zwykłe, Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kajzerki, Kakao 16%, proszek, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Płatki j czmienne, Seler korzeniowy,

Energia (kcal)	2097,88
Energia (kJ)	8365,67
Białko ogółem (g)	99,78
Tłuszcz (g)	71,2
W glowodany ogółem (g)	267,61
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	28,54
Sacharoza (g)	28,35
Błonnik pokarmowy (g)	25,69
Sól (g)	8,27