

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. lekkostrawna 2.12

Jadłospis na dzie : 2024-12-14

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	twaro ek ze szczypiorkiem	90g
	kielbasa krakowska	40g
	ry na mleku	300g
	pieczywo pszenne	90g
	pomidor	80g
	masło 82%	12,5g
	sałata	20g
	herbata	250g
	obiad	kasza j czmienna gotowana na sypko
sos natkowy		50g
brokuł gotowany na parze z oliw i ziołami		150g
napój owocowy		250g
schab wieprzowy gotowany		80g
zupa pomidorowa z makaronem		350g
kolacja	szynka drobiowa	45g
	sałatka jarzynowa	150g
	sałata	20g
	masło 82%	12,5g
	pieczywo pszenne	130g
	herbata	250g
	kakao na mleku 2%	250g

Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Kajzerki, Kakao 16%, proszek, Kasza j czmienna, perłowa, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2088,93
Energia (kJ)	8794,28
Białko ogółem (g)	100,57
Tłuszcz (g)	62,75
W glowodany ogółem (g)	282,69
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	25,84
Sacharoza (g)	21,91
Błonnik pokarmowy (g)	23,22
Sól (g)	5,42