

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. lekkostrawna 2.12

Jadłospis na dzie : 2024-12-17

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	płatki j czmienne na mleku	300g
	banan	180g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	herbata	250g
	serek homogenizowany	150g
	chleb pszenny	90g
	szynka konserwowa	45g
	masło 82%	12,5g
	obiad	napój owocowy
ziemniaki z koprem		220g
udko drobiowe gotowane		200g
zupa jarzynowa z zacierk		350g
sos natkowy		50g
marchewka gotowana		150g
kolacja	szynka drobiowa	45g
	sałata	20g
	herbata	250g
	pomidor	80g
	jajko gotowane	50g
	masło 82%	12,5g
	pieczywo pszenne	130g

Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Płatki j czmienne, Seler korzeniowy, Serek twarogowy, homogenizowany, pełnotłusty,

Energia (kcal)	2301,23
Energia (kJ)	9672,63
Białko ogółem (g)	120,34
Tłuszcz (g)	80,22
W glowodany ogółem (g)	290,69
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	35,8
Sacharoza (g)	33,2
Błonnik pokarmowy (g)	25,12
Sól (g)	5,77