

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. lekkostrawna 3.12

Jadłospis na dzie : 2024-12-22

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	pomara cza	100g
	masło 82%	12,5g
	sałata	20g
	jajo gotowane	50g
	szynka parzona	45g
	pomidor	80g
	pieczywo pszenne	90g
	płatki j czmienne na mleku	300g
	herbata	250g
	obiad	burak gotowany
napój owocowy		250g
sos natkowy		50g
krupnik		350g
udko drobiowe gotowane		200g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	pasta mi sno-warzywna	100g
	ser biały	60g
	sałata	20g
	pomidor	80g

Alergeny

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

Energia (kcal)	2247,97
Energia (kJ)	9446,67
Białko ogółem (g)	124,25
Tłuszcz (g)	76,74
W glowodany ogółem (g)	276,62
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	30,23
Sacharoza (g)	32,02
Błonnik pokarmowy (g)	24,91
Sól (g)	5,19