

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. lekkostrawna 3.12

Jadłospis na dzie : 2024-12-30

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	masło 82%	12,5g
	pomidor	80g
	ser twarogowy	20g
	szynka parzona	45g
	sałata	20g
	herbata	250g
	pieczywo pszenne	90g
	płatki j czmienne na mleku	300g
obiad	pulpet wieprzowo-wołowy gotowany	80g
	sos jarzynowy	50g
	kalafior gotowany	150g
	kasza peczak gotowana na sypko	200g
	napój owocowy	250g
	zupa brokułowa z zacierk	350g
kolacja	herbata	250g
	sałatka z pomidorem, ogórkiem kwaszonym, oliw i słonecznikiem	100g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	szynka z indyka	45g
	ser biały	60g
	kakao na mleku 2%	250g

Alergeny

Bułki pszenne zwykłe, Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Kajzerki, Kakao 16%, proszek, Kasza j czmienna, p czak, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywczce, 2% tłuszczu, Płatki j czmienne, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2002,9
Energia (kJ)	8433,66
Białko ogółem (g)	95,08
Tłuszcz (g)	61
W glowodany ogółem (g)	262,49
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	30,31
Sacharoza (g)	27,75
Błonnik pokarmowy (g)	20,37
Sól (g)	6,05