

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. lekkostrawna 4.12

Jadłospis na dzie : 2024-12-31

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	sałata	20g
	pomidor	80g
	serek mietankowy	30g
	pasztet drobiowy	80g
	masło 82%	12,5g
	banan	180g
	pieczywo pszenne	90g
	herbata	250g
	kasza jaglana na mleku	350g
	obiad	kefir
zupa jarzynowa z ry em		350g
surówka z marchwi i jabłka		150g
filet drobiowy gotowany		80g
napój owocowy		250g
sos koperkowy		50g
ziemniaki z koperkiem		220g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	pasta z jajka z kukurydz	80g
	szynka z indyka	45g
	sałata	20g
	pomidor	80g

Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kefir, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy,

Energia (kcal)	2091,94
Energia (kJ)	8810,72
Białko ogółem (g)	92,56
Tłuszcz (g)	59,49
W glowodany ogółem (g)	317,66
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	27,83
Sacharoza (g)	34,1
Błonnik pokarmowy (g)	25,44
Sól (g)	5,32