

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. onkologiczna 1.01

Jadłospis na dzie : 2025-01-04

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	szynka konserwowa	45g
	płatki j czmienne na mleku	300g
	masło 82%	12,5g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	pieczywo pszenne	90g
	serek kanapkowy	20g
	herbata	250g
II niadanie	chlebek chrupki	14g
	sok pomidorowy	330g
obiad	kefir	200g
	marchew gotowana	150g
	ryba na parze z warzywami	100g
	ziemniaki z koperkiem	220g
	napój owocowy	250g
	zupa selerowa z makaronem	350g
podwieczorek	mus owocowy	200g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	pasta z jaj ze szczypiorkiem	80g
	kiełbasa rawska	40g
	bukiet warzyw na parze z oliw	100g
	sałata	20g
	kakao na mleku 2%	250g

Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kajzerki, Kakao 16%, proszek, Kefir, 2% tłuszczu, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Płatki j czmienne, Seler korzeniowy,

Energia (kcal)	2170,5
Energia (kJ)	8822,44
Białko ogółem (g)	101,28
Tłuszcz (g)	54,33
W glowodany ogółem (g)	319,96
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	20,32
Sacharoza (g)	29,2
Błonnik pokarmowy (g)	33,56
Sól (g)	7,51