

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. onkologiczna 2.12

Jadłospis na dzie : 2024-12-19

| Posiłek | Pozycja | Ilo |
|--------------|------------------------------------|-------------|
| I niadanie | serek mietankowy | 30g |
| | pomidor | 80g |
| | kielbasa szynkowa | 40g |
| | masło 82% | 12,5g |
| | pieczywo pszenne | 90g |
| | herbata | 250g |
| | sałata | 20g |
| | płatki owsiane na mleku | 300g |
| | jogurt naturalny | 150g |
| | II niadanie | mus owocowy |
| obiad | kefir | 200g |
| | ziemniaki z koprem | 220g |
| | zupa wielowarzywna | 350g |
| | ryba na parze z warzywami | 120g |
| | napój owocowy | 250g |
| | marchew gotowana | 150g |
| podwieczorek | budy z brzoskwini | 200g |
| kolacja | pieczywo pszenne | 130g |
| | herbata | 250g |
| | masło 82% | 12,5g |
| | szynka konserwowa | 45g |
| | ser biały | 80g |
| | sałata z pomidorem, ziołami i oliw | 80g |
| | kawa zbo owa z mlekiem | 250g |

Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kajzerki, Kefir, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mintaj, wie y, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

| | |
|-------------------------------|---------|
| Energia (kcal) | 2249,64 |
| Energia (kJ) | 9475,06 |
| Białko ogółem (g) | 98,95 |
| Tłuszcz (g) | 65,43 |
| W glowodany ogółem (g) | 329,67 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone (g) | 33,4 |
| Sacharoza (g) | 39,04 |
| Błonnik pokarmowy (g) | 27,4 |
| Sól (g) | 5,98 |