

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. podstawowa 3.12

Jadłospis na dzie : 2024-12-21

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	sałata	20g
	płatki owsiane na mleku	300g
	pieczywo mieszane	90g
	masło 82%	12,5g
	herbata	250g
	szynka delikatesowa	45g
	ser ółty	30g
	pomidor	80g
	mandarynka	80g
	obiad	sałatka z jogurtem
ziemniaki z koprem		250g
kotlet mielony drobiowo-wieprzowy sma ony		80g
napój owocowy		250g
zupa ogórkowa z makaronem razowym		350g
kolacja	pieczywo mieszane	130g
	masło 82%	12,5g
	serek mietankowy	30g
	kiełbasa łopatkowa	40g
	sałatka brokułowa	100g
	sałata	20g

#### Alergeny

Bułka tarta, Bułki grahamki, Bułki pszenne zwykłe, Chleb graham, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser, salami pełnotłusty, mietana, 18% tłuszczu,

Energia (kcal)	2039,78
Energia (kJ)	8562,74
Białko ogółem (g)	85,56
Tłuszcz (g)	74,73
W glowodany ogółem (g)	258,82
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	33,56
Sacharoza (g)	23,77
Błonnik pokarmowy (g)	24,67
Sól (g)	6,83