

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. podstawowa 3.12

Jadłospis na dzie : 2024-12-25

Posiłek	Pozycja	Ilo	
I niadanie	masło 82%	12,5	
	herbata	250g	
	płatki j czmienne na mleku	300g	
	ciasto	80g	
	sałata	20g	
	ser biały	60g	
	szynka wieprzowa	45g	
	pieczywo mieszane	90g	
	pomidor	80g	
	obiad	sos natkowy	50g
		ziemniaki z koperkiem	220g
		udko drobiowe pieczone	200g
burak gotowany		150g	
rosół z makaronem		350g	
kolacja	napój owocowy	250g	
	herbata	250g	
	pieczywo mieszane	130g	
	masło 82%	12,5g	
	szynka z piersi drobiowej	45g	
	serek mietankowy	30g	
	sałata z pomidorem, oliw i ziołami	100g	

#### Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywczce, 2% tłuszczu, Płatki j czmienne, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2164,74
Energia (kJ)	9109,54
Białko ogółem (g)	118,21
Tłuszcz (g)	62,46
W glowodany ogółem (g)	285,04
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	29,01
Sacharoza (g)	34,19
Błonnik pokarmowy (g)	25,44
Sól (g)	6,67