

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. podstawowa 3.12

Jadłospis na dzie : 2024-12-27

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	masło 82%	12,5g
	zupa mleczna	300g
	sałata	20g
	herbata	250g
	szynka parzona	45g
	ser żółty	15g
	pieczywo mieszane	90g
obiad	pieczywo mieszane	90g
	tomat	80g
	barszcz biały z ziemniakami	350g
	surówka z białej kapusty z kiszonym ogórkiem i kukurydzą	150g
	napój owocowy	250g
kolacja	kasza j. czmienna gotowana na sypko	200g
	szynka wieprzowa duszona w sosie	120g
	herbata	250g
	pieczywo mieszane	130g
	masło 82%	12,5g
	potrawka drobiowa z warzywami	100g
	ser twarogowy plaster	20g
	sałatka z sałaty, ogórka kiszzonego i pomidora	100g

#### Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Kasza j. czmienna, perłowa, Masło ekstra, M. pszenne, typ 500, Mleko spo. yw. 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser, salami pełnotłusty, mietana, 18% tłuszczu,

Energia (kcal)	2106,74
Energia (kJ)	8852,81
Białko ogółem (g)	101,76
Tłuszcz (g)	71,79
W. glukozy ogółem (g)	259,08
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	29,16
Sacharoza (g)	21,19
Błonnik pokarmowy (g)	27,78
Sól (g)	5,95