

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. cukrzycowa 1.02

Jadłospis na dzie : 2025-02-04

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	banan	180g
	masło 82%	12,5g
	pieczywo razowe	90g
	pomidor	80g
	herbata	250g
	szynka konserwowa	45g
	sałata	20g
	serek kanapkowy	20g
II niadanie	chlebek chrupki	14g
	sok pomidorowy	330g
obiad	ziemniaki z koprem	220g
	marchew gotowana	150g
	zupa selerowa z makaronem	350g
	ryba na parze z warzywami	100g
	napój owocowy	250g
podwieczorek	kiełbasa bawarska	65g
	masło 82%	10g
	pieczywo razowe	40g
	ogórek zielony	50g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo razowe	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

Bułki grahamki, Chleb graham, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kakao 16%, proszek, Kefir, 2% tłuszczu, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy,

Energia (kcal)	2334,46
Energia (kJ)	9482,51
Białko ogółem (g)	105,52
Tłuszcz (g)	65,71
W glowodany ogółem (g)	303,81
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	34,84
Sacharoza (g)	26,55
Błonnik pokarmowy (g)	41,2
Sól (g)	8,68