

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. cukrzycowa 1.02

Jadłospis na dzie : 2025-02-05

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	pieczywo razowe	90g
	herbata	250g
	pomidor	80g
	masło 82%	12,5g
	twaro ek ze szczypiorkiem	80g
	szynka z indyka	45g
	sałata	20g
	II niadanie	pomara cza
jogurt skyr		140g
obiad	brokuł na parze z ziołami	150g
	pulpet wieprzowo-drobiowy gotowany	200g
	zupa koperkowa	350g
	ziemniaki z koprem	220g
	napój owocowy	250g
	sos jarzynowy	50g
	podwieczorek	pieczywo razowe
masło		10g
sałatka z kaszy p czak z w dlin , pomidorem i kukurydz		120g
kolacja	kawa zbo owa z mlekiem 2%	250g
	pieczywo razowe	130g
	masło 82%	12,5g
	kiełbasa łopatkowa	40g
	serek mietankowy	30g
	sałata	20g
	pomidor	80g

Alergeny

Bułki grahamki, Bułki pszenne zwykłe, Chleb graham, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kasza j czmienna, p czak, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywczce, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2101,04
Energia (kJ)	8837,47
Białko ogółem (g)	113,23
Tłuszcz (g)	59,05
W glowodany ogółem (g)	287,06
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	29,56
Sacharoza (g)	17,05
Błonnik pokarmowy (g)	35,15
Sól (g)	6,08