

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. cukrzycowa 1.02

Jadłospis na dzie : 2025-02-08

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	chleb razowy	90g
	serek homogenizowany	150g
	szynka orzech	45g
	herbata	250g
	masło 82%	12,5
	sałata	20g
	pomidor	80g
	II niadanie	sok pomidorowy
obiad	napój owocowy	250g
	sos natkowy	50g
	ziemniaki z koprem	220g
	udziec drobiowy gotowany	150g
	surówka z marchewki i jabłka	150g
	zupa koperkowa z ziemniakami	350g
	podwieczorek	sałatka z tu czykiem
	chleb razowy	40g
	masło 82%	10g
kolacja	herbata	250g
	chleb razowy	130g
	szynka drobiowa	45g
	jajko gotowane	50g
	sałatka z ogórka kwaszonego, pomidora i sałaty	100g

#### Alergeny

Chleb graham, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Serek twarogowy, homogenizowany, pełnotłusty, Tu czyk w sosie własnym,

Energia (kcal)	2187,29
Energia (kJ)	9168,6
Białko ogółem (g)	114,44
Tłuszcz (g)	83,38
W glowodany ogółem (g)	246,66
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	36,33
Sacharoza (g)	11,79
Błonnik pokarmowy (g)	34,62
Sól (g)	8,09