

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. cukrzycowa 3.01

Jadłospis na dzie : 2025-01-21

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	herbata	250g
	banan	180g
	pomidor	80g
	szynka delikatesowa	45g
	chleb razowy	90g
	twaro ek ze szczypiorkiem	80g
	masło 82%	12,5g
	sałata	20g
	II niadanie	sok pomidorowy
obiad	pulpet drobiowo-wieprzowy gotowany	80g
	sos jarzynowy	50g
	sałata z jogurtem	100g
	napój owocowy	250g
	zupa koperkowa z zacierk	350g
	ziemniaki z koprem	220g
podwieczorek	kielbaska bawarska	65
	ogórek kwaszony	50g
	masło 82%	10g
	sałata	20g
	chleb razowy	40g
kolacja	kakao na mleku 2%	250g
	pieczywo razowe	130g
	masło 82%	12,5g
	szynka w dzona	45g
	mozzarella	30g
	sałatka brokułowa	150g
	sałata	20g

Alergeny

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

Energia (kcal)	2249,79
Energia (kJ)	9107,23
Białko ogółem (g)	115,96
Tłuszcz (g)	65,86
W glowodany ogółem (g)	274,83
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	37,44
Sacharoza (g)	23,19
Błonnik pokarmowy (g)	32,4
Sól (g)	8,92