

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. cukrzycowa 4.01

Jadłospis na dzie : 2025-01-31

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	serek mietankowy	30g
	szynka konserwowa	45g
	masło 82%	12,5g
	pieczywo razowe	90g
	sałata	20g
	herbata	250g
	pomidor	80g
II niadanie	serek homogenizowany	150g
obiad	surówka z marchewki i jabłka	150g
	kefir	200g
	filet drobiowy gotowany	80g
	ziemniaki z koperkiem	220g
	napój owocowy	250g
	sos koperkowy	50g
	zupa jarzynowa z ry em	350g
podwieczorek	masło 82%	10g
	pieczywo razowe	40g
	sałatka z jajka, kukurydzy i rzodkiewki	80g
kolacja	kakao na mleku 2%	250g
	twaro ek ze szczypiorkiem	80g
	masło 82%	12,5g
	pieczywo razowe	130g
	pomidor	80g
	herbata	250g
	sałata	20g
	szynka z indyka	45g

Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kakao 16%, proszek, Kefir, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty, Serek twarogowy, homogenizowany, pełnotłusty,

Energia (kcal)	2143,2
Energia (kJ)	8998,39
Białko ogółem (g)	118,76
Tłuszcz (g)	77,52
W glowodany ogółem (g)	242,13
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	41,35
Sacharoza (g)	13,63
Błonnik pokarmowy (g)	32,08
Sól (g)	5,97