

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. lekkostrawna 1.02

Jadłospis na dzie : 2025-02-07

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	pomidor	80g
	pieczywo pszenne	90g
	sałata	20g
	kefir z truskawk	200g
	kiełbasa drobiowa	40g
	zacierka na mleku	300g
	Herbata	250g
	ser twarogowy	20g
	masło 82%	12,5g
obiad	surówka z selera i jabłka	150g
	napój owocowy	250g
	pulpet wieprzowo-wołowy gotowany	80g
	ziemniaki z koprem	220g
	zupa wielowarzywna	350g
	sos jarzynowy	50g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	szynka z indyka	45g
	pasta z sera i pomidora	100g
	pomara cza	100g
	sałata	20g

Alergeny

Bułki pszenne zwykłe, Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Kajzerki, Kefir, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywczce, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtusty,

Energia (kcal)	2005,19
Energia (kJ)	8433,5
Białko ogółem (g)	90,49
Tłuszcz (g)	61,94
W glowodany ogółem (g)	280,82
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	29,2
Sacharoza (g)	29,57
Błonnik pokarmowy (g)	26,14
Sól (g)	5,12