

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. lekkostrawna 2.01

Jadłospis na dzie : 2025-01-13

Posiłek	Pozycja	Ilo	
I niadanie	pieczywo pszenne	90g	
	ser biały	75g	
	masło 82%	12,5g	
	płatki owsiane na mleku	300g	
	herbata	250g	
	szynka drobiowa	45g	
	pomidor	80g	
	sałata	20g	
	obiad	pulpet drobiowy gotowany na parze	80g
		krupnik z kaszy j czmiennej	350g
napój owocowy		250g	
sos koperkowy		50g	
sałatka z buraka		150g	
ziemniaki z koprem		220g	
kolacja	pieczywo pszenne	130g	
	masło	12,5g	
	pasta mi sno-warzywna	80g	
	jajko gotowane	50g	
	marchewka tarta z jabłkiem	50g	
	kawa zbo owa z mlekiem	250g	
	sałata	20g	

Alergeny

Bułki pszenne zwykłe, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Kasza j czmienna, perłowa, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2022,98
Energia (kJ)	8512,06
Białko ogółem (g)	107,48
Tłuszcz (g)	56,67
W glowodany ogółem (g)	279,96
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	24,75
Sacharoza (g)	33,86
Błonnik pokarmowy (g)	26,83
Sól (g)	4,48