

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. lekkostrawna 3.01

Jadłospis na dzie : 2025-01-27

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	sałata	20g
	kielbasa krakowska	40g
	pieczywo pszenne	90g
	pomidor	80g
	herbata	250g
	masło 82%	12,5g
	zupa mleczna	300g
	serek mietankowy	30g
obiad	surówka z selera i marchwi	150g
	sos natkowy	50g
	zupa koperkowa z ziemniakami	350g
	udziec drobiowy gotowany	140g
	kasza j czmienna gotowana na sypko	200g
	napój owocowy	250g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	potrawka drobiowa z warzywami	120g
	ser twarogowy plaster	20g
	sałatka z sałaty, pomidora i ogórka kiszzonego	100g

Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Kajzerki, Kasza j czmienna, perlowa, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywczę, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy,

Energia (kcal)	2204,49
Energia (kJ)	9258,26
Białko ogółem (g)	110,62
Tłuszcz (g)	82,1
W glowodany ogółem (g)	255,22
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	32,73
Sacharoza (g)	20,47
Błonnik pokarmowy (g)	22,08
Sól (g)	5,78