

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. onkologiczna 1.02

Jadłospis na dzie : 2025-02-02

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	masło 82%	12,5g
	jajko gotowane	50g
	herbata	250g
	sałata	20g
	szynka z piersi kurczaka	45g
	pomidor	80g
	zupa mleczna	300g
	pieczywo pszenne	90g
	II niadanie	pieczywo pszenne
sałata		20g
ogórek		50g
pasta z makreli i twarogu		100g
masło 82%		10g
obiad	zupa grysikowa	350g
	udko drobiowe gotowane	200g
	napój owocowy	250g
	kalafior gotowany na parze	150g
	ziemniaki z koprem	220g
	sos jarzynowy	50g
	podwieczorek	sałatka makaronowa z brokułem, mozzarell i kukurydz
kolacja	herbata	250g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	pasta mi sno-warzywna	100g
	ser biały	60g
	sałatka z pomidorem, ogórkiem kwaszonym i oliw	100g
	pomara cza	100g

Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kajzerki, Kasza manna, Makaron bezjajeczny, Makrela, w dzona, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2824,93
Energia (kJ)	11404,51
Białko ogółem (g)	164,68
Tłuszcz (g)	110,35
W glowodany ogółem (g)	299,36
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	39,45
Sacharoza (g)	24,73
Błonnik pokarmowy (g)	26,64
Sól (g)	7,8