

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. onkologiczna 2.01

Jadłospis na dzie : 2025-01-12

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	płatki jeczienne na mleku	300g
	sałata	20g
	herbata	250g
	pieczywo pszenne	90g
	serek mietankowy	30g
	szynka delikatesowa	45g
	masło 82%	12,5
	pomidor	80g
II niadanie	mus owocowy	200g
obiad	zupa buraczkowa z makaronem	350g
	ziemniaki z koprem	220g
	sos jarzynowy	50g
	napój owocowy	250g
	kefir	200g
	kalafior gotowany na parze z oliw i ziołami	150g
	filet drobiowy gotowany	80g
podwieczorek	kisiel z truskawk	150g
kolacja	sałata z pomidorem, olejem i ziołami	100g
	kiełbasa rawska	40g
	sałatka z tu czyka	120g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	herbata	250g

Alergeny

Chleb pszenny, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kefir, 2% tłuszczu, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, Mleko spo ywczce, 2% tłuszczu, Płatki j czmienne, Seler korzeniowy, Tu czyk w sosie własnym,

Energia (kcal)	2198,45
Energia (kJ)	9270,03
Białko ogółem (g)	100,8
Tłuszcz (g)	54,73
W glowodany ogółem (g)	332,56
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	24,78
Sacharoza (g)	39,7
Błonnik pokarmowy (g)	27,5
Sól (g)	6,25