

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. onkologiczna 3.01

Jadłospis na dzie : 2025-01-23

Posiłek	Pozycja	Ilo		
I niadanie	manna na mleku	300g		
	szynka konserwowa	45g		
	herbata	250g		
	twarożek z koprem	80g		
	jogurt skyr naturalny	140g		
	masło 82%	12,5g		
	sałata	20g		
	pieczywo pszenne	90g		
	pomidor	80g		
	II niadanie	mus owocowo-warzywny	200g	
		obiad	filet drobiowy gotowany	80g
		kefir	200g	
napój owocowy		250g		
surówka z marchewki i selera		150g		
sos koperkowy		50g		
kasza j czmienna na sypko		200g		
zupa mieszcza ska		350g		
podwieczorek		pieczywo pszenne	40g	
masło 82%		10g		
sałatka z jajka, kukurydzy i rzodkiewki		70g		
kolacja		chleb pszenny	130g	
	masło 82%	12,5		
	schab gotowany	80g		
	sos pomidorowy	50g		
	ser twarogowy plaster	21g		
	bukiet warzyw na parze	80g		
	sałata	20g		

Alergeny

Chleb pszenny, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kajzerki, Kasza j czmienna, perłowa, Kasza manna, Kefir, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtusty,

Energia (kcal)	2354,31
Energia (kJ)	9852,73
Białko ogółem (g)	136,47
Tłuszcz (g)	64,61
W glowodany ogółem (g)	304,28
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	31,75
Sacharoza (g)	25,44
Błonnik pokarmowy (g)	25,08
Sól (g)	5,56