

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. podstawowa 1.02

Jadłospis na dzie : 2025-02-05

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	papryka	80g
	pomara cza	200g
	twaro ek ze szczypiorkiem	80g
	pieczywo mieszane	90g
	sałata	20g
	masło 82%	12,5g
	kasza jaglana na mleku	300g
	herbata	250g
	szynka z indyka	45g
	obiad	fasolka szparagowa z masłem i bułk tart
zupa pieczarkowa z makaronem		350g
ziemniaki z koprem		220g
szynka duszona w sosie		100g
napój owocowy		250g
kolacja	kawa zbo owa z mlekiem	250g
	pieczywo mieszane	130g
	masło 82%	12,5g
	kiełbasa łopatkowa	40g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	ser ółty	20g

Alergeny

Bułka tarta, Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty, Ser, salami pełnotłusty, mietana, 18% tłuszczu,

Energia (kcal)	2074,48
Energia (kJ)	8719,42
Białko ogółem (g)	101,8
Tłuszcz (g)	64,05
W glowodany ogółem (g)	276,06
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	32,17
Sacharoza (g)	25,37
Błonnik pokarmowy (g)	28,39
Sól (g)	4,76