

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. podstawowa 1.02

Jadłospis na dzie : 2025-02-06

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	masło 82%	12,5g
	jogurt naturalny	150g
	pol dwica drobiowa	45g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	twaro ek z rzodkiewk	80g
	herbata	250g
	pieczywo mieszane	90g
	płatki owsiane na mleku	300g
	obiad	karczek duszony w sosie
napój owocowy		250g
ziemniaki z koprem		220g
zupa burakowa z makaronem		350g
kapusta gotowana		150g
kolacja	sałata	20g
	pieczywo mieszane	130g
	masło 82%	12,5g
	kiełbasa krakowska	40g
	sałatka jarzynowa	150g
	herbata	250g
	kiwi	80g

#### Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszena, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Musztarda, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2317,9
Energia (kJ)	9733,95
Białko ogółem (g)	95,78
Tłuszcz (g)	79,67
W glowodany ogółem (g)	306,31
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	29,53
Sacharoza (g)	38,42
Błonnik pokarmowy (g)	33
Sól (g)	6,33