

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. podstawowa 3.01

Jadłospis na dzie : 2025-01-23

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	pieczywo mieszane	90g
	masło 82%	12,5
	skyr naturalny	140g
	szynka konserwowa	45g
	twarożek z koprem	80g
	pomidor	80g
	sałata	20g
	manna na mleku	300g
	herbata	250g
	obiad	karczek w sosie pieczeniowym
zupa mieszcza ska		350g
kasza gryczana na sypko		200g
surówka z marchwi i selera		150g
napój owocowy		250g
kolacja	herbata	250g
	masło 82%	12,5g
	pieczywo mieszane	130g
	kiełbaska bawarska na ciepło	65g
	ser twarogowy	21g
	bukiet warzyw na parze	80g
	sałata	20g

Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Kasza manna, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywczce, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2102,06
Energia (kJ)	8761,87
Białko ogółem (g)	106,04
Tłuszcz (g)	58,98
W glowodany ogółem (g)	239,26
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	32,77
Sacharoza (g)	22,18
Błonnik pokarmowy (g)	27,71
Sól (g)	5,93