

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. podstawowa 3.01

Jadłospis na dzie : 2025-01-29

Posiłek	Pozycja	Ilo	
I niadanie	herbata	250g	
	sałata	20g	
	pasztet drobiowy	70g	
	pieczywo mieszane	90g	
	pomidor	80g	
	masło 82%	12,5g	
	jajko gotowane	50g	
	manna na mleku	300g	
	obiad	ziemniaki z koperkiem	220g
		napój owocowy	250g
zupa brokułowa z ziemniakami		350g	
ryba sma ona		80g	
surówka z kiszanej kapusty		150g	
kolacja	pieczywo mieszane	130g	
	masło 82%	12,5g	
	szynka ogonówka	45g	
	twaro ek z koprem	80g	
	sałata	20g	
	pomidor	80g	
	kakao na mleku 2%	250g	
	herbata	250g	

#### Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Kakao 16%, proszek, Kasza manna, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mintaj, wie y, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2011,18
Energia (kJ)	8446,81
Białko ogółem (g)	87,06
Tłuszcz (g)	69,74
W glowodany ogółem (g)	263,6
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	27,06
Sacharoza (g)	20,44
Błonnik pokarmowy (g)	26,03
Sól (g)	6