

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. lekkostrawna 2.02

Jadłospis na dzie : 2025-02-20

Posiłek	Pozycja	Ilo	
I niadanie	herbata	250g	
	pieczywo pszenne	90g	
	masło 82%	12,5g	
	skyr owocowy	140g	
	sałata	20g	
	pomidor	80g	
	ser mozzarella	40g	
	szynka orzech	45g	
	płatki j czmienne na mleku	300g	
	sok warzywno-owocowy	330g	
	obiad	ziemniaki z koperkiem	220g
		napój owocowy	250g
		pulpet wieprzowo-wołowy gotowany	80g
zupa jaglana z warzywami		350g	
surówka z selera i jabłka		150g	
kolacja	sos pomidorowy	50g	
	masło 82%	12,5g	
	pasta z jaj ze szczypiorkiem	80g	
	szynka z indyka	45g	
	pomidor	80g	
	sałata	20g	
	kakao na mleku 2%	250g	
	herbata	250g	
	pieczywo pszenne	130g	

Alergeny

Bułki pszenne zwykłe, Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kajzerki, Kakao 16%, proszek, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Płatki j czmienne, Seler korzeniowy,

Energia (kcal)	2173,48
Energia (kJ)	8686,97
Białko ogółem (g)	113,64
Tłuszcz (g)	71,2
W glowodany ogółem (g)	272,65
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	28,54
Sacharoza (g)	28,35
Błonnik pokarmowy (g)	25,69
Sól (g)	8,27