

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. onkologiczna 2.02

Jadłospis na dzie : 2025-02-19

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	sałata	20g
	płatki owsiane na mleku	300g
	serek mietankowy	30g
	pomidor	80g
	kiełbasa szynkowa	40g
	masło 82%	12,5g
	pieczywo pszenne	90g
	herbata	250g
II niadanie	mus owocowy	200g
obiad	kefir	200g
	ziemniaki z koprem	220g
	zupa wielowarzywna	350g
	ryba na parze z warzywami	120g
	napój owocowy	250g
	marchew gotowana	150g
podwieczorek	budy z brzoskwini	200g
kolacja	pieczywo pszenne	130g
	herbata	250g
	masło 82%	12,5g
	szynka konserwowa	45g
	ser biały	80g
	sałata z pomidorem, ziołami i oliw	80g
	kawa zbo owa z mlekiem	250g

Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Kajzerki, Kefir, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mintaj, wie y, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2168,64
Energia (kJ)	9133,51
Białko ogółem (g)	93,14
Tłuszcz (g)	62,73
W glowodany ogółem (g)	321,3
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	31,79
Sacharoza (g)	37,69
Błonnik pokarmowy (g)	27,4
Sól (g)	5,76