

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. podstawowa 2.02

Jadłospis na dzie : 2025-02-11

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	herbata	250g
	pieczywo mieszane	90g
	szynka parzona	45g
	pomidor	80g
	banan	180g
	sałata	20g
	masło 82%	12,5
	twarozek z rzodkiewk	80g
	manna na mleku	300g
	obiad	napój owocowy
ryba panierowana sma ona		80g
ziemniaki z koprem		220g
Zupa szczawiowa z makaronem i jajkiem		350g
surówka z warzyw mieszanych		150g
kolacja	pieczywo mieszane	130
	schab gotowany w sosie pomidorowym	80g
	ser twarogowy	21g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	kiwi	70g
	herbata	250g
	masło 82%	12,5

Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Kasza manna, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mintaj, wie y, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtusty, mietana, 18% tłuszczu,

Energia (kcal)	2122,15
Energia (kJ)	8929,48
Białko ogółem (g)	96,9
Tłuszcz (g)	63,52
W glowodany ogółem (g)	304,8
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	25,22
Sacharoza (g)	33,53
Błonnik pokarmowy (g)	27,86
Sól (g)	4,4