

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. cukrzycowa 4.03

Jadłospis na dzie : 2025-03-31

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	sałata	20g
	serek mietankowy	30g
	pomidor	80g
	herbata	250g
	pomara cza	100g
	szynka konserwowa	45g
	masło 82%	12,5g
	pieczywo razowe	90g
II niadanie	serek homogenizowany	150g
obiad	surówka z marchewki i jabłka	150g
	kefir	200g
	filet drobiowy gotowany	80g
	ziemniaki z koperkiem	220g
	napój owocowy	250g
	sos koperkowy	50g
	zupa jarzynowa z ry em	350g
podwieczorek	mus owocowo-warzywny	200g
	pieczywo chrupkie	21g
kolacja	kakao na mleku 2%	250g
	twaro ek ze szczypiorkiem	80g
	masło 82%	12,5g
	pieczywo razowe	130g
	pomidor	80g
	herbata	250g
	sałata	20g
	szynka z indyka	45g

#### Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Kakao 16%, proszek, Kefir, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty, Serek twarogowy, homogenizowany, pełnotłusty,

Energia (kcal)	2057,75
Energia (kJ)	8648,83
Białko ogółem (g)	112,4
Tłuszcz (g)	66,05
W glowodany ogółem (g)	261,68
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	35,1
Sacharoza (g)	20,38
Błonnik pokarmowy (g)	33,08
Sól (g)	5,31