

PCZ-Poddębice
UL. Mickiewicza 16 99-200 Poddębice
Symbol analizy: D. lekkostrawna 1.04

Jadłospis na dzień: 2025-04-01

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	sałata	20g
	banan	180g
	pomidor	80g
	masło 82%	12,5g
	szynka z indyka	45g
	herbata	250g
	kasza jęczmienna na mleku	300g
	twarożek ze szczypiorkiem	80g
	pieczywo pszenne	90g
obiad	schab wieprzowy gotowany	80g
	marchew gotowana	150g
	zupa pomidorowa z makaronem	350g
	napój owocowy	250g
	sos koperkowy	50g
	ziemniaki z koprem	220g
	herbata	250g
kolacja	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	sałatka brokułowa	150g
	serek śmietankowy	30g
	szynka wędzona	45g
	kakao na mleku 2%	250g
	sałata	20g

Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kajzerki, Kakao 16%, proszek, Kasza jęczmienna, perłowa, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 500, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2146,37
Energia (kJ)	8997,56
Białko ogółem (g)	107,47
Tłuszcz (g)	56,79
Węglowodany ogółem (g)	316,46
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	29,99
Sacharoza (g)	33,53
Błonnik pokarmowy (g)	24,92
Sól (g)	5,14