PCZ-Poddębice
UL. Mickiewicza 16 99-200 Poddębice

Symbol analizy: D. lekkostrawna 2.03

Jadłospis na dzień: 2025-03-11

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	manna na mleku	300g
	szynka parzona	45g
	pieczywo pszenne	90g
	twarozek ze szczypiorem	80g
	pomidor	80g
	masło 82%	12,5g
	herbata	250g
	sałata	20g
	banan	180g
obiad	pulpet rybny	80g
	ziemniaki z koprem	220g
	zupa jaglana z warzywami	350g
	surówka z selera i jabłka	150g
	sos koperkowy	50g
	napój owocowy	250g
kolacja	pieczywo pszenne	90g
	masło 82%	12,5g
	schab gotowany w sosie pomidorowym	80g
	ser twarogowy	21g
	sałata	20g
	kiwi	70g
	kakao na mleku 2%	250g
	pomidor	80g

Alergeny

Bułki pszenne zwykłe, Chleb pszenny, Jaja kurze całe, Kajzerki, Kakao 16%, proszek, Kasza manna, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 500, Mintaj, świeży, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2098,65
Energia (kJ)	8843,17
Białko ogółem (g)	102,42
Tłuszcz (g)	57,91
Węglowodany ogółem (g)	310,04
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	26,86
Sacharoza (g)	32,76
Błonnik pokarmowy (g)	23,52
Sól (g)	5,01