

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. lekkostrawna 2.03

Jadłospis na dzie : 2025-03-15

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	kiwi	80g
	ser twarogowy plaster	20g
	herbata	250g
	szynka wieprzowa	45g
	masło 82%	12,5g
	pieczywo pszenne	90g
	pomidor	80g
	sałata	20g
	kasza j czmienna na mleku	300g
	obiad	sałata z jogurtem
sos jarzynowy		50g
zupa pomidorowa z makaronem		350g
udziec drobiowy gotowany		130g
ziemniaki z koprem		220g
kolacja	pieczywo pszenne	130g
	herbata	250g
	masło 82%	12,5g
	pol dwica drobiowa	40g
	serek kanapkowy	20g
	sałatka z sałaty, pomidora i ogórka kiszzonego	100g
	kawa zbozowa z mlekiem 2%	250g

#### Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kajzerki, Kasza j czmienna, perłowa, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy,

Energia (kcal)	2043,19
Energia (kJ)	8554,93
Białko ogółem (g)	98,86
Tłuszcz (g)	65,24
W glowodany ogółem (g)	270,51
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	26,97
Sacharoza (g)	20,13
Błonnik pokarmowy (g)	17,88
Sól (g)	6,46