

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. lekkostrawna 2.03

Jadłospis na dzie : 2025-03-16

Posiłek	Pozycja	Ilo	
I niadanie	sok wielowarzywny	330g	
	masło 82%	12,5g	
	herbata	250g	
	zacierka na mleku	300g	
	pieczywo pszenne	90g	
	sałata	20g	
	serek mietankowy	30g	
	szynka drobiowa	40g	
	pomidor	80g	
	obiad	sos koperkowy	50g
		ziemniaki z koprem	220g
		zupa burakowa z makaronem	350g
kalafior gotowany na parze z olejem i ziołami		150g	
filet drobiowy gotowany		80g	
napój owocowy		250g	
kolacja	bukiet warzyw na parze	80g	
	kiełbasa zielonogórska	40g	
	masło 82%	12,5g	
	herbata	250g	
	pieczywo pszenne	130g	
	pasta z sera i pomidora	100g	
	sałata	20g	
kakao na mleku 2%	250g		

#### Alergeny

Chleb pszenny, Jaja kurze całe, Kakao 16%, proszek, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywczce, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2040,97
Energia (kJ)	8596,44
Białko ogółem (g)	103,35
Tłuszcz (g)	54,32
W glowodany ogółem (g)	288,02
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	27,49
Sacharoza (g)	34,04
Błonnik pokarmowy (g)	23,4
Sól (g)	7,34