

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. lekkostrawna 2.03

Jadłospis na dzie : 2025-03-17

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	szynka konserwowa	45g
	serek homogenizowany	150g
	pomidor	80g
	sałata	20g
	herbata	250g
	chleb pszenny	90g
	płatki j czmienne na mleku	300g
	masło 82%	12,5g
obiad	marchewka gotowana	150g
	napój owocowy	250g
	udko drobiowe gotowane	200g
	zupa jarzynowa z zacierk	350g
	sos natkowy	50g
	ziemniaki z koprem	220g
kolacja	szynka drobiowa	45g
	sałata	20g
	herbata	250g
	pomidor	80g
	jajko gotowane	50g
	masło 82%	12,5g
	pieczywo pszenne	130g
	pomara cza	100g
	jogurt skyr	140g

Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Płatki j czmienne, Seler korzeniowy, Serek twarogowy, homogenizowany, pełnotłusty,

Energia (kcal)	2308,29
Energia (kJ)	9701,75
Białko ogółem (g)	133,76
Tłuszcz (g)	80,04
W glowodany ogółem (g)	268,87
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	35,69
Sacharoza (g)	24,4
Błonnik pokarmowy (g)	24,62
Sól (g)	5,77