

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. lekkostrawna 2.03

Jadłospis na dzie : 2025-03-20

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	skyr owocowy	140g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	ser mozzarella	40g
	szynka orzech	45g
	płatki j czmienne na mleku	300g
	sok warzywno-owocowy	330g
	herbata	250g
	pieczywo pszenne	90g
	masło 82%	12,5g
obiad	sos pomidorowy	50g
	zupa jaglana z warzywami	350g
	surówka z selera i jabłka	150g
	ziemniaki z koperkiem	220g
	pulpet wieprzowo-wołowy gotowany	80g
	napój owocowy	250g
kolacja	masło 82%	12,5g
	pasta z jaj ze szczypiorkiem	80g
	szynka z indyka	45g
	pomidor	80g
	sałata	20g
	kakao na mleku 2%	250g
	herbata	250g
	pieczywo pszenne	130g

Alergeny

Bułki pszenne zwykłe, Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kajzerki, Kakao 16%, proszek, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Płatki j czmienne, Seler korzeniowy,

Energia (kcal)	2173,48
Energia (kJ)	8686,97
Białko ogółem (g)	113,64
Tłuszcz (g)	71,2
W glowodany ogółem (g)	272,65
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	28,54
Sacharoza (g)	28,35
Błonnik pokarmowy (g)	25,69
Sól (g)	8,27