

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. lekkostrawna 3.03

Jadłospis na dzie : 2025-03-29

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	herbata	250ml
	kasza manna na mleku	300g
	koktajl wi niowy	250g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	serek mietankowy	30g
	pasztet drobiowy	80g
	masło 82%	12,5g
	pieczywo pszenne	90g
	obiad	ryba na parze z warzywami
zupa brokułowa z ziemniakami		350g
ziemniaki z koprem		220g
marchew gotowana		150g
napój owocowy		250g
kolacja	pomidor	80g
	sałata	20g
	twaro ek z koprem	80g
	ogonówka	45g
	herbata	250ml
	masło 82%	12,5g
	pieczywo pszenne	130g
	kakao na mleku 2%	250g

Alergeny

Chleb pszenny, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kajzerki, Kakao 16%, proszek, Kasza manna, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mintaj, wie y, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2084,7
Energia (kJ)	8775,35
Białko ogółem (g)	95,35
Tłuszcz (g)	62,34
W glowodany ogółem (g)	297,3
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	31,85
Sacharoza (g)	26,66
Błonnik pokarmowy (g)	24,75
Sól (g)	5,77