

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. onkologiczna 2.03

Jadłospis na dzie : 2025-03-12

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	masło 82%	12,5
	pomidor	80g
	płatki jęczmienne na mleku	300g
	sałata	20g
	herbata	250g
	pieczywo pszenne	90g
	serek mietankowy	30g
	szynka delikatesowa	45g
	II niadanie	mus owocowy
obiad	filet drobiowy gotowany	80g
	kalafior gotowany na parze z oliw i ziołami	150g
	napój owocowy	250g
	kefir	200g
	zupa buraczkowa z makaronem	350g
	sos jarzynowy	50g
	ziemniaki z koprem	220g
podwieczorek	kisiel z truskawk	150g
kolacja	sałata z pomidorem, olejem i ziołami	100g
	kiełbasa rawska	40g
	sałatka z tu czyka	120g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	herbata	250g

Alergeny

Chleb pszenny, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kefir, 2% tłuszczu, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, Mleko spo ywczce, 2% tłuszczu, Płatki j czmienne, Seler korzeniowy, Tu czyk w sosie własnym,

Energia (kcal)	2198,45
Energia (kJ)	9270,03
Białko ogółem (g)	100,8
Tłuszcz (g)	54,73
W glowodany ogółem (g)	332,56
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	24,78
Sacharoza (g)	39,7
Błonnik pokarmowy (g)	27,5
Sól (g)	6,25