

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. onkologiczna 2.03

Jadłospis na dzie : 2025-03-13

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	płatki owsiane na mleku	300g
	pieczywo pszenne	90g
	sałata	20g
	jogurt naturalny	150g
	masło 82%	12,5g
	ser biały	75g
	szynka drobiowa	45g
	herbata	250g
	pomidor	80g
	II niadanie	mandarynka
obiad	sos koperkowy	50g
	sałatka z buraka	150g
	krupnik z kaszy jęczmiennej	350g
	ziemniaki z koprem	220g
	pulpet drobiowy gotowany na parze	80g
	napój owocowy	250g
podwieczorek	budy	160g
kolacja	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5
	pasta miesno-warzywna	80g
	jajko gotowane	50g
	marchewka tarta z jabłkiem	50g
	kawa zbo owa z mlekiem	250g
	sałata	20g

Alergeny

Bułki pszenne zwykłe, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kasza j czmienna, perłowa, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2264,15
Energia (kJ)	9530,73
Białko ogółem (g)	120,94
Tłuszcz (g)	62,68
W glowodany ogółem (g)	314,36
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	28,13
Sacharoza (g)	44,79
Błonnik pokarmowy (g)	27,8
Sól (g)	4,87