

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. onkologiczna 2.03

Jadłospis na dzie : 2025-03-20

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	herbata	250g
	pieczywo pszenne	90g
	masło 82%	12,5g
	płatki j czmienne na mleku	300g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	szynka orzech	45g
	ser mozzarella	40g
	skyr owocowy	140g
II niadanie	sok warzywno-owocowy	330g
obiad	ziemniaki z koperkiem	220g
	surówka z selera i jabłka	150g
	napój owocowy	250g
	pulpet wieprzowo-wołowy gotowany	80g
	sos pomidorowy	50g
	zupa jaglana z warzywami	350g
podwieczorek	sałatka z kaszy p czak z kukurydz , pomidorem i szynk	120g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	pasta z jaj ze szczypiorkiem	80g
	szynka z indyka	45g
	sałata z pomidorem, oliw i ziołami	80g
	kakao na mleku 2%	250g

Alergeny

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

Energia (kcal)	2436,99
Energia (kJ)	9794,08
Białko ogółem (g)	124,18
Tłuszcz (g)	82,21
W glowodany ogółem (g)	301,76
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	31,6
Sacharoza (g)	29,55
Błonnik pokarmowy (g)	29,08
Sól (g)	9,37