

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. onkologiczna 3.03

Jadłospis na dzie : 2025-03-24

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	pieczywo pszenne	90g
	kasza jaglana na mleku	300g
	szynka z indyka	45g
	sałata	20g
	jajko gotowane	50g
	pomidor	80g
	herbata	250g
	masło 82%	12,5g
II niadanie	kiwi	70g
obiad	ryba na parze z warzywami	100g
	brokuł gotowany na parze, z olejem i ziołami	150g
	kefir	200g
	zupa burakowa z makaronem	350g
	napój owocowy	250g
	ziemniaki z koprem	220g
podwieczorek	budy	160g
kolacja	herbata	250g
	pulpet drobiowo-wieprzowy gotowany	80g
	pieczywo pszenne	80g
	masło 82%	12,5g
	mozzarella	40g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	kakao na mleku 2%	250g
sos koperkowy	50g	

Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Kakao 16%, proszek, Kefir, 2% tłuszczu, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mintaj, wie y, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy,

Energia (kcal)	2129,14
Energia (kJ)	8513,3
Białko ogółem (g)	107,9
Tłuszcz (g)	63,7
W glowodany ogółem (g)	288,15
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	26,97
Sacharoza (g)	34
Błonnik pokarmowy (g)	21,03
Sól (g)	3,78