

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. onkologiczna 3.03

Jadłospis na dzie : 2025-03-28

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	masło 82%	12,5g
	sałata	20g
	szynka z piersi drobiowej	45g
	płatki owsiane na mleku	300g
	ser twarogowy	20g
	pieczywo pszenne	90g
	pomidor	80g
	herbata	250g
	II niadanie	mus owocowy
obiad	ziemniaki z koprem	220g
	surówka z buraka i jabłka	150g
	sos koperkowy	50g
	zupa kalafiorowa z ziemniakiem	350g
	schab gotowany	80g
	napój owocowy	250g
podwieczorek	budy	160g
kolacja	herbata	250g
	sałata	20g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	sałatka z kaszy p czak z kukurydz , jajkiem i pomidorem	150g
	ser biały	75g
	jabłko	100g

Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kasza j czmienna, p czak, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2193,67
Energia (kJ)	9243,3
Białko ogółem (g)	104,2
Tłuszcz (g)	53,82
W glowodany ogółem (g)	339,06
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	24,78
Sacharoza (g)	40,09
Błonnik pokarmowy (g)	27,8
Sól (g)	5,66