PCZ-Poddębice
UL. Mickiewicza 16 99-200 Poddębice

Symbol analizy: D. onkologiczna 3.03

Jadłospis na dzień: 2025-03-30

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	herbata	250ml
	pieczywo pszenne	90g
	masło 82%	12.5g
	szynka wędzona	45g
	ser twarogowy	20g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	płatki jęczmienne na mleku	300g
II śniadanie	sok wielowarzywny	330g
obiad	sos jarzynowy	50g
	napój owocowy	250ml
	kalafior gotowany na parze	150g
	ziemniaki z koprem	220g
	pulpet wp.woł. gotowany	80g
	zupa burakowa z makaronem	350g
podwieczorek	bukiet warzyw na parze z ziołami	120g
kolacja	herbata	250ml
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	szynka drobiowa	45g
	pasta z makreli	80g
	sałatka z pomidorem, ogórkiem kiszonym i słonecznikiem	100g

Alergeny

Bułki pszenne zwykłe, Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kajzerki, Makaron bezjajeczny, Makrela, wędzona, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 500, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Płatki jęczmienne, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2128,08
Energia (kJ)	8948,41
Białko ogółem (g)	103,88
Tłuszcz (g)	67,13
Węglowodany ogółem (g)	278,63
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	28,97
Sacharoza (g)	27,14
Błonnik pokarmowy (g)	28,29
Sól (g)	9,66