

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. podstawowa 2.03

Jadłospis na dzie : 2025-03-12

Posiłek	Pozycja	Ilo	
I niadanie	d em mini	25g	
	szynka delikatesowa	45g	
	płatki jeczmiennie na mleku	300g	
	pomidor	80g	
	herbata	250g	
	masło 82%	12,5g	
	pieczywo mieszane	90g	
	sałata	20g	
	obiad	kefir	200g
		zupa pieczarkowa z makaronem	350g
napój owocowy		250g	
ziemniaki z koprem		220g	
kotlet drobiowy sma ony		80g	
surówka z ogórka kiszzonego		150g	
kolacja	herbata	250g	
	masło 82%	12,5	
	pieczywo mieszane	130g	
	kiełbasa rawska	40g	
	sałata z pomidorem, olejem i ziołami	100g	
	sałatka z tu czyka	120g	

Alergeny

Bułka tarta, Bułki pszenne zwykłe, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kefir, 2% tłuszczu, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Płatki j czmiennie, Sele korzeniowy, mietana, 18% tłuszczu, Tu czyk w sosie własnym,

Energia (kcal)	2150,2
Energia (kJ)	9046,56
Białko ogółem (g)	94,29
Tłuszcz (g)	64,43
W glowodany ogółem (g)	297,55
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	22,88
Sacharoza (g)	27,14
Błonnik pokarmowy (g)	26,03
Sól (g)	8,46