

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. podstawowa 2.03

Jadłospis na dzie : 2025-03-14

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	kiełbasa krakowska	40g
	masło 82%	12.5g
	pomidor	80g
	pieczywo mieszane	90g
	herbata	250g
	ry na mleku	300g
	sałata	20g
	twaro ek ze szczypiorkiem	80g
obiad	szynka wieprzowa duszona w sosie	80g
	napój owocowy	250g
	surówka z kapusty kwaszonej	150g
	zalewajka z ziemniakami	350g
	kasza gryczana gotowana na sypko	200g
kolacja	sałatka jarzynowa	150g
	szynka drobiowa	45g
	sałata	20g
	masło 82%	12.5g
	pieczywo mieszane	130g
	herbata	250g
	kakao na mleku 2%	250g

Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Kakao 16%, proszek, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2242,3
Energia (kJ)	9413,32
Białko ogółem (g)	103,37
Tłuszcz (g)	79,7
W glowodany ogółem (g)	273,84
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	29,06
Sacharoza (g)	24,7
Błonnik pokarmowy (g)	31,48
Sól (g)	6,6