

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. podstawowa 2.03

Jadłospis na dzie : 2025-03-15

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	szynka wieprzowa	45g
	masło 82%	12,5g
	sałata	20g
	kasza j czmienna na mleku	300g
	kiwi	80g
	ser óły plaster	20g
	herbata	250g
	papryka	80g
	pieczywo mieszane	90g
	obiad	surówka z warzyw mieszanych
ziemniaki z koprem		220g
zupa pomidorowa z makaronem		350g
mi so wieprzowe duszone z warzywami		120g
napój owocowy		250ml
kolacja	herbata	250g
	pieczywo mieszane	130g
	masło 82%	12,5g
	pol dwica drobiowa	40g
	serek kanapkowy	20g
	sałatka z sałaty, pomidora i ogórka kiszzonego	100g
	kawa zbozowa z mlekiem 2%	250g

#### Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Kasza j czmienna, perłowa, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser, salami pełnotłusty,

Energia (kcal)	1983,18
Energia (kJ)	8292,92
Białko ogółem (g)	87,08
Tłuszcz (g)	63,54
W glowodany ogółem (g)	266,96
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	25,3
Sacharoza (g)	21,01
Błonnik pokarmowy (g)	28,28
Sól (g)	5,91