

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. podstawowa 2.03

Jadłospis na dzie : 2025-03-16

Posiłek	Pozycja	Ilo	
I niadanie	herbata	250g	
	sałata	20g	
	pomidor	80g	
	masło 82%	12,5g	
	serek mietankowy	30g	
	szynka z indyka	45g	
	pieczywo mieszane	90g	
	zupa mleczna	300g	
	obiad	kapu niak	350g
		ziemniaki z koprem	220g
napój owocowy		250g	
fasolka szparagowa z bułk i masłem		150g	
kolacja	filet drobiowy sma ony	80g	
	pieczywo mieszane	130g	
	herbata	250g	
	masło 82%	12,5g	
	ogórek kwaszony	80g	
	kiełbasa zielonogórska	40g	
	pasta z sera i pomidora	100g	
	sałata	20g	

#### Alergeny

Bułka tarta, Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywczce, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2003,52
Energia (kJ)	8403,57
Białko ogółem (g)	94,16
Tłuszcz (g)	72,71
W glowodany ogółem (g)	247,1
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	32,41
Sacharoza (g)	20,43
Błonnik pokarmowy (g)	26,25
Sól (g)	6,62