

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. podstawowa 2.03

Jadłospis na dzie : 2025-03-17

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	masło 82%	12,5g
	płatki j czmienne na mleku	300g
	sałata	20g
	serek homogenizowany	150g
	pomidor	80g
	szynka konserwowa	45g
	herbata	250g
	pieczywo mieszane	90g
obiad	napój owocowy	250g
	marchew gotowana	150g
	udko drobiowe pieczone	200g
	rosół	350g
	ziemniaki z koprem	220g
kolacja	masło 82%	12,5g
	sałata	20g
	herbata	250g
	pomidor	80g
	pieczywo mieszane	130g
	szynka drobiowa	45g
	jajko gotowane	50g
	pomara cza	100g
	jogurt skyr	140g

Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Płatki j czmienne, Seler korzeniowy, Serek twarogowy, homogenizowany, pełnotłusty,

Energia (kcal)	2311,88
Energia (kJ)	9708,6
Białko ogółem (g)	129,91
Tłuszcz (g)	83,16
W glowodany ogółem (g)	264,14
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	35,43
Sacharoza (g)	24,82
Błonnik pokarmowy (g)	27,79
Sól (g)	5,63