

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. podstawowa 3.03

Jadłospis na dzie : 2025-03-29

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	sałata	20g
	pomidor	80g
	ser ółty	15g
	pasztet drobiowy	80g
	masło 82%	12,5g
	pieczywo mieszane	90g
	herbata	250g
	kasza manna na mleku	300g
	obiad	napój owocowy
surówka z kiszanej kapusty		150g
ryba sma ona		80g
ziemniaki z koprem		220g
zupa brokułowa z ziemniakami		350g
kolacja	masło 82%	12,5g
	pieczywo mieszane	130g
	herbata	250g
	ogonówka	45g
	twaro ek z koprem	80g
	pomidor	80g
	sałata	20g
	kakao na mleku 2%	250g

Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Kakao 16%, proszek, Kasza manna, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mintaj, wie y, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty, Ser, salami pełnotłusty,

Energia (kcal)	2026,26
Energia (kJ)	8509,44
Białko ogółem (g)	87,47
Tłuszcz (g)	71,04
W glowodany ogółem (g)	263,98
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	28,55
Sacharoza (g)	20,45
Błonnik pokarmowy (g)	26,07
Sól (g)	6,2