

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. podstawowa 4.03

Jadłospis na dzie : 2025-03-31

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	herbata	250g
	pomidor	80g
	kasza jaglana na mleku	300g
	pomara cza	100g
	sałata	20g
	serek mietankowy	30g
	szynka konserwowa	45g
	pieczywo mieszane	90g
	masło 82%	12,5g
	obiad	zupa jarzynowa z ry em
napój owocowy		250g
surowka z kapusty kwaszonej		150g
piecze z karczku		80g
kefir		200g
ziemniaki z koperkiem		220g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo mieszane	130g
	masło 82%	12,5g
	twaro ek ze szczypiorkiem	80g
	szynka z indyka	45g
	sałata	20g
	ogórek kwaszony	60g
kakao na mleku 2%	250g	

Alergeny

Chleb graham, Chleb zwykły, Kajzerki, Kakao 16%, proszek, Kefir, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2069,57
Energia (kJ)	8690,74
Białko ogółem (g)	95,57
Tłuszcz (g)	74,89
W glowodany ogółem (g)	256,2
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	34,06
Sacharoza (g)	22,37
Błonnik pokarmowy (g)	24,12
Sól (g)	6,77