

PCZ-Poddębice  
UL. Mickiewicza 16 99-200 Poddębice  
Symbol analizy: D. onkologiczna 3.04

Jadłospis na dzień: 2025-04-30

| Posiłek      | Pozycja                                                | Ilość |
|--------------|--------------------------------------------------------|-------|
| I śniadanie  | masło 82%                                              | 12,5g |
|              | szynka wędzona                                         | 45g   |
|              | ser twarogowy                                          | 20g   |
|              | sałata                                                 | 20g   |
|              | pomidor                                                | 80g   |
|              | płatki jęczmienne na mleku                             | 300g  |
|              | herbata                                                | 250ml |
|              | pieczywo pszenne                                       | 90g   |
|              | sok wielowarzywny                                      | 330g  |
| II śniadanie | napój owocowy                                          | 250ml |
|              | sos jarzynowy                                          | 50g   |
|              | kalafior gotowany na parze                             | 150g  |
|              | zupa burakowa z makaronem                              | 350g  |
|              | pulpet wp.-woł. gotowany                               | 80g   |
|              | ziemniaki z koprem                                     | 220g  |
|              | bukiet warzyw na parze z ziołami                       | 120g  |
|              | herbata                                                | 250ml |
|              | pieczywo pszenne                                       | 130g  |
| kolacja      | masło 82%                                              | 12,5g |
|              | szynka drobiowa                                        | 45g   |
|              | pasta z makreli                                        | 80g   |
|              | sałatka z pomidorem, ogórkiem kiszonym i słonecznikiem | 100g  |
|              |                                                        |       |

Alergeny

Bułki pszenne zwykłe, Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kajzerki, Makaron bezjajeczny, Makrela, wędzona, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 500, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Płatki jęczmienne, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

|                               |         |
|-------------------------------|---------|
| Energia (kcal)                | 2128,08 |
| Energia (kJ)                  | 8948,41 |
| Białko ogółem (g)             | 103,88  |
| Tłuszcz (g)                   | 67,13   |
| Węglowodany ogółem (g)        | 278,63  |
| Kwasy tłuszczowe nasycone (g) | 28,97   |
| Sacharoza (g)                 | 27,14   |
| Błonnik pokarmowy (g)         | 28,29   |
| Sól (g)                       | 9,66    |