

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

Jadłospis na dzień: 2025-04-23

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	pieczywo mieszane	90g
	masło 82%	12,5
	szynka konserwowa	45g
	twarożek z koprem	80g
	pomidor	80g
	sałata	20g
	manna na mleku	300g
	herbata	250g
obiad	napój owocowy	250g
	ziemniaki z koprem	220g
	surówka z marchwi i selera	150g
	karczek w sosie pieczeniowym	80g
	zupa ogórkowa z ziemniakami	350g
kolacja	herbata	250g
	masło 82%	12,5g
	pieczywo mieszane	130g
	kiełbaska bawarska na ciepło	65g
	ser twarogowy	21g
	bukiet warzyw na parze	80g
	sałata	20g
	banan	180g

Alergeny
Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Kasza manna, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 500, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty, Śmietana, 18% tłuszczu,

Energia (kcal)	2133,06
Energia (kJ)	8959,02
Białko ogółem (g)	90,79
Tłuszcz (g)	59,85
Węglowodany ogółem (g)	287,28
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	33,44
Sacharoza (g)	34,61
Błonnik pokarmowy (g)	30,6
Sól (g)	7,34