

PCZ-Poddębice  
UL. Mickiewicza 16 99-200 Poddębice  
Symbol analizy: D. cukrzycowa 2.05

Jadłospis na dzień: 2025-05-16

| Posiłek      | Pozycja                                          | Ilość |
|--------------|--------------------------------------------------|-------|
| I śniadanie  | sałata                                           | 20g   |
|              | pieczywo razowe                                  | 90g   |
|              | masło 82%                                        | 12,5g |
|              | szynka drobiowa                                  | 41,5g |
|              | herbata                                          | 250g  |
|              | serek śmietankowy                                | 30g   |
|              | pomidor                                          | 80g   |
| II śniadanie | serek homogenizowany                             | 150g  |
|              | sok wielowarzywny                                | 330g  |
| obiad        | zupa buraczkowa z makaronem                      | 350g  |
|              | napój owocowy                                    | 250g  |
|              | kalafior gotowany z olejem i ziołami             | 150g  |
|              | filet drobiowy gotowany                          | 80g   |
|              | sos koperkowy                                    | 50g   |
|              | ziemniaki z koprem                               | 220g  |
|              | chlebek chrupki                                  | 14g   |
| podwieczorek | mus warzywno-owocowy z dynią, jabłkiem i bananem | 200g  |
|              |                                                  |       |
| kolacja      | masło 82%                                        | 12,5g |
|              | kiełbasa zielonogórska                           | 40g   |
|              | pasta z sera i pomidora                          | 100g  |
|              | bukiet warzyw na parze                           | 80g   |
|              | pieczywo razowe                                  | 130g  |
|              | herbata                                          | 250g  |
|              | sałata                                           | 20g   |
|              | kakao na mleku 2%                                | 250g  |

Alergeny  
Chleb graham, Kakao 16%, proszek, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 500, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty, Serek twarogowy, homogenizowany, pełnotłusty,

|                               |         |
|-------------------------------|---------|
| Energia (kcal)                | 2072,32 |
| Energia (kJ)                  | 8699,33 |
| Białko ogółem (g)             | 112,27  |
| Tłuszcz (g)                   | 65,49   |
| Węglowodany ogółem (g)        | 263,07  |
| Kwasy tłuszczowe nasycone (g) | 33,63   |
| Sacharoza (g)                 | 24,91   |
| Błonnik pokarmowy (g)         | 33,51   |
| Sól (g)                       | 7,3     |