

PCZ-Poddębice
UL. Mickiewicza 16 99-200 Poddębice
Symbol analizy: D. onkologiczna 1.06

Jadłospis na dzień: 2025-06-08

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	płatki jęczmienne na mleku	300g
	herbata	250g
	sałata	20g
	pieczywo pszenne	90g
	twarożek ze szczypiorkiem	80g
	szynka orzech	45g
	pomidor	80g
	skyr owocowy	140g
	masło 82%	12,5g
	sok pomidorowy	330g
	II śniadanie	
obiad	zupa koperkowa	350g
	surówka z marchewki i jabłka	150g
	napój owocowy	250g
	ziemniaki z koprem	220g
	udziec drobiowy gotowany	150g
	sos natkowy	50g
podwieczorek	kisiel z truskawką	200g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5
	jajko gotowane	50g
	szynka drobiowa	45g
	sałatka z pomidora, sałaty i ogórka kwaszonego	100g

Alergeny

Chleb pszenny, Jaja kurze całe, Kajzerki, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 500, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Płatki jęczmienne, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2181,52
Energia (kJ)	9181,37
Białko ogółem (g)	119,93
Tłuszcz (g)	66,28
Węglowodany ogółem (g)	285,34
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	26,53
Sacharoza (g)	27,57
Błonnik pokarmowy (g)	24,85
Sól (g)	7,63