

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. podstawowa 2.05

Jadłospis na dzie : 2025-05-14

Posiłek	Pozycja	Ilo	
I niadanie	pieczywo mieszane	90g	
	herbata	250g	
	ry na mleku	300g	
	sałata	20g	
	twaro ek ze szczypiorkiem	80g	
	kiełbasa krakowska	40g	
	masło 82%	12.5g	
	pomidor	80g	
	obiad	zalewajka z ziemniakami	350g
		kasza gryczana gotowana na sypko	200g
napój owocowy		250g	
surówka z kapusty kwaszonej		150g	
szynka wieprzowa duszona w sosie		80g	
kolacja	sałatka jarzynowa	150g	
	szynka drobiowa	45g	
	sałata	20g	
	masło 82%	12.5g	
	pieczywo mieszane	130g	
	herbata	250g	
	kakao na mleku 2%	250g	

Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Kakao 16%, proszek, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2242,3
Energia (kJ)	9413,32
Białko ogółem (g)	103,37
Tłuszcz (g)	79,7
W glowodany ogółem (g)	273,84
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	29,06
Sacharoza (g)	24,7
Błonnik pokarmowy (g)	31,48
Sól (g)	6,6