

PCZ-Poddębice  
UL. Mickiewicza 16 99-200 Poddębice  
Symbol analizy: D. onkologiczna 1.07

Jadłospis na dzień: 2025-07-10

| Posiłek      | Pozycja                                              | Ilość |
|--------------|------------------------------------------------------|-------|
| I śniadanie  | szynka delikatesowa                                  | 45g   |
|              | jogurt naturalny                                     | 150g  |
|              | herbata                                              | 250g  |
|              | kasza jaglana na mleku                               | 300g  |
|              | sałata                                               | 20g   |
|              | pomidor                                              | 80g   |
|              | pieczywo pszenne                                     | 90g   |
|              | masło 82%                                            | 12,5g |
|              | serek śmietankowy                                    | 30g   |
|              |                                                      |       |
| II śniadanie | mus owocowy                                          | 200g  |
| obiad        | zupa mieszczańska z ryżem                            | 350g  |
|              | ziemniaki z koprem                                   | 220g  |
|              | sos jarzynowy                                        | 50g   |
|              | napój owocowy                                        | 250g  |
|              | pulpet wieprzowo-wołowy gotowany na parze            | 80g   |
|              | burak gotowany                                       | 150g  |
| podwieczorek | sałatka makaronowa z wędliną, kukurydzą i rzodkiewką | 120g  |
| kolacja      | herbata                                              | 250g  |
|              | pieczywo pszenne                                     | 130g  |
|              | masło 82%                                            | 12,5g |
|              | pasta z makreli i sera                               | 100g  |
|              | kielbasa rawska                                      | 40g   |
|              | sałata                                               | 20g   |
|              | pomidor                                              | 80g   |
|              | kakao na mleku 2%                                    | 250g  |

Alergeny  
Bułki pszenne zwykłe, Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kajzerki, Kakao 16%, proszek, Makaron bezjajeczny, Makrela, wędzona, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 500, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

|                               |         |
|-------------------------------|---------|
| Energia (kcal)                | 2362,36 |
| Energia (kJ)                  | 9864,58 |
| Białko ogółem (g)             | 112,05  |
| Tłuszcz (g)                   | 75,35   |
| Węglowodany ogółem (g)        | 320,17  |
| Kwasy tłuszczowe nasycone (g) | 35,08   |
| Sacharoza (g)                 | 35,86   |
| Błonnik pokarmowy (g)         | 22,8    |
| Sól (g)                       | 7,75    |