

PCZ-Poddębice
UL. Mickiewicza 16 99-200 Poddębice
Symbol analizy: D. onkologiczna 3.06

Jadłospis na dzień: 2025-06-24

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	pomidor	80g
	pieczywo pszenne	90g
	masło 82%	12,5g
	herbata	250g
	banan	180g
	kasza jaglana na mleku	300g
	sałata	20g
	szynka z indyka	45g
	jajko gotowane	50g
II śniadanie	kiwi	70g
obiad	ryba na parze z warzywami	100g
	brokuł gotowany na parze, z olejem i ziołami	150g
	kefir	200g
	zupa botwinka	350g
	napój owocowy	250g
	ziemniaki z koprem	220g
podwieczorek	budyń	160g
kolacja	herbata	250g
	pulpet drobiowo-wieprzowy gotowany	80g
	pieczywo pszenne	80g
	masło 82%	12,5g
	mozzarella	40g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	kakao na mleku 2%	250g
	sos koperkowy	50g

Alergeny
Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Kakao 16%, proszek, Kefir, 2% tłuszczu, Masło ekstra, Mąka pszenna typ 500, Mintaj, świeży, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy,

Energia (kcal)	2180,28
Energia (kJ)	8730,37
Białko ogółem (g)	106,96
Tłuszcz (g)	63,54
Węglowodany ogółem (g)	319,11
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	26,99
Sacharoza (g)	45,67
Błonnik pokarmowy (g)	23,48
Sól (g)	3,8