

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. cukrzycowa 2.07

Jadłospis na dzie : 2025-07-13

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	masło 82%	12,5g
	pomidor	80g
	pieczywo razowe	90g
	herbata	250g
	sałata	20g
	szynka drobiowa	45g
	ser biały	75g
II niadanie	jogurt naturalny	150g
obiad	sos koperkowy	50g
	krupnik z kaszy j czmiennej	350g
	napój owocowy	250g
	pulpet drobiowy gotowany na parze	80g
	sałatka z buraka	150g
	ziemniaki z koprem	220g
	podwieczorek	sałatka z pomidorem, ogórkiem i słonecznikiem
	pieczywo razowe	40g
	masło 82%	10g
kolacja	pieczywo razowe	130g
	masło 82%	12,5g
	pasta mi sno-warzywna	80g
	jajko gotowane	50g
	pomidor	80g
	sałata	20g

Alergeny

Bułki grahamki, Bułki pszenne zwykłe, Chleb graham, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kasza j czmienna, perłowa, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywczce, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2028,85
Energia (kJ)	8520,02
Białko ogółem (g)	112,26
Tłuszcz (g)	65,65
W glowodany ogółem (g)	252,3
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	27,96
Sacharoza (g)	21,85
Błonnik pokarmowy (g)	33,11
Sól (g)	5,49