

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. cukrzycowa 2.08

Jadłospis na dzie : 2025-08-16

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	pomidor	80g
	serek mietankowy	30g
	pieczywo razowe	90g
	masło 82%	12,5g
	szynka drobiowa	41,5g
	herbata	250g
	sałata	20g
	II niadanie	serek homogenizowany
jabłko		180g
obiad	filet drobiowy gotowany	80g
	ziemniaki z koprem	220g
	sos koperkowy	50g
	napój owocowy	250g
	zupa buraczkowa z makaronem	350g
	kalafior gotowany z olejem i ziołami	150g
	kefir	200g
	podwieczorek	mus warzywno-owocowy z dyni , jabłkiem i bananem
chlebek chrupki		14g
kolacja	masło 82%	12,5g
	kiełbasa zielonogórska	40g
	pasta z sera i pomidora	100g
	bukiet warzyw na parze z ziołami	80g
	pieczywo razowe	130g
	herbata	250g
	sałata	20g
	kakao na mleku 2%	250g

Alergeny

Chleb graham, Kakao 16%, proszek, Kefir, 2% tłuszczu, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty, Serek twarogowy, homogenizowany, pełnotłusty,

Energia (kcal)	2165,48
Energia (kJ)	9089,11
Białko ogółem (g)	115,89
Tłuszcz (g)	71,36
W glowodany ogółem (g)	274,53
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	36,07
Sacharoza (g)	20,8
Błonnik pokarmowy (g)	32,31
Sól (g)	5,16