

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. lekkostrawna 3.08

Jadłospis na dzie : 2025-08-29

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	pasztet drobiowy	80g
	serek mietankowy	30g
	pomidor	80g
	sałata	20g
	herbata	250ml
	pieczywo pszenne	90g
	kasza manna na mleku	300g
	masło 82%	12,5g
obiad	zupa brokułowa z ziemniakami	350g
	napój owocowy	250g
	kefir	200g
	ziemniaki z koprem	220g
	ryba na parze z warzywami	80g
	marchew gotowana	150g
kolacja	sałata	20g
	twaro ek z koprem	80g
	ogonówka	45g
	herbata	250ml
	masło 82%	12,5g
	pieczywo pszenne	130g
	kakao na mleku 2%	250g
	pomidor	80g

#### Alergeny

Chleb pszenny, Kajzerki, Kakao 16%, proszek, Kasza manna, Kefir, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mintaj, wie y, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2050,63
Energia (kJ)	8633,26
Białko ogółem (g)	95,62
Tłuszcz (g)	62,98
W glowodany ogółem (g)	284,06
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	32,32
Sacharoza (g)	22,55
Błonnik pokarmowy (g)	23,82
Sól (g)	5,76