

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. lekkostrawna 4.08

Jadłospis na dzie : 2025-08-31

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	masło 82%	12,5g
	pomidor	80g
	sałata	20g
	herbata	250g
	ser biały	75g
	kasza jaglana na mleku	300g
	pieczywo pszenne	90g
	szynka konserwowa	45g
	serek homogenizowany	150g
	obiad	sos natkowy
zupa jarzynowa z ry em		350g
surówka z marchwi i jabłka		150g
napój owocowy		250g
kefir		200g
filet drobiowy gotowany		80g
ziemniaki z koperkiem		220g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	twaro ek ze szczypiorkiem	80g
	szynka z indyka	45g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	kakao na mleku 2%	250g

Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Kakao 16%, proszek, Kefir, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty, Serek twarogowy, homogenizowany, pełnotłusty

Energia (kcal)	2165,65
Energia (kJ)	9120,28
Białko ogółem (g)	127,48
Tłuszcz (g)	67,14
W glowodany ogółem (g)	268,43
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	35,68
Sacharoza (g)	21,71
Błonnik pokarmowy (g)	20,66
Sól (g)	5,17