

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. onkologiczna 1.09

Jadłospis na dzie : 2025-09-05

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	masło 82%	12,5g
	kasza jaglana na mleku	300g
	pieczywo pszenne	90g
	twaro ek ze szczypiorkiem	80g
	pomidor	80g
	szynka z indyka	45g
	sałata	20g
	herbata	250g
	II niadanie	jogurt naturalny
obiad	brokuł gotowany na parze z ziołami	150g
	kasza j czmienna gotowana na sypko	200g
	napój owocowy	250g
	kefir	200g
	sos natkowy	50g
	pulpet wieprzowo-drobiowy gotowany	80g
	zupa koperkowa	350g
podwieczorek	budy	160g
kolacja	masło 82%	12,5g
	pieczywo pszenne	130g
	kawa zbo owa z mlekiem	250g
	kielbasa łopatkowa	40g
	serek mietankowy	30g
	sałata	20g
	pomidor	80g

Alergeny

Bułki pszenne zwykłe, Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kajzerki, Kasza j czmienna, perłowa, Kefir, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Selei korzeniowy, Ser twarogowy półtusty,

Energia (kcal)	2153,35
Energia (kJ)	9075,11
Białko ogółem (g)	107,67
Tłuszcz (g)	62,87
W glowodany ogółem (g)	289,83
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	32,17
Sacharoza (g)	24,91
Błonnik pokarmowy (g)	18,22
Sól (g)	5,21