

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. onkologiczna 1.09

Jadłospis na dzie : 2025-09-08

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	pieczywo pszenne	90g
	twaro ek ze szczypiorkiem	80g
	szynka orzech	45g
	pomidor	80g
	masło 82%	12,5g
	płatki jeczmienne na mleku	300g
	herbata	250g
	sałata	20g
II niadanie	sok pomidorowy	330g
obiad	ziemniaki z koprem	220g
	udziec drobiowy gotowany	150g
	sos natkowy	50g
	surówka z marchewki i jabłka	150g
	zupa koperkowa	350g
	napój owocowy	250g
podwieczorek	kisiel z truskawk	200g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5
	jajko gotowane	50g
	szynka drobiowa	45g
	sałatka z pomidora, sałaty i ogórka kwaszonego	100g
	jogurt naturalny	150g

Alergeny

Chleb pszenny, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kajzerki, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mlekc spo ywczce, 2% tłuszczu, Płatki j czmienne, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2186,92
Energia (kJ)	9201,62
Białko ogółem (g)	111,88
Tłuszcz (g)	68,98
W glowodany ogółem (g)	288,67
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	28,14
Sacharoza (g)	28,92
Błonnik pokarmowy (g)	24,85
Sól (g)	7,84