

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. onkologiczna 2.08

Jadłospis na dzie : 2025-08-15

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	ser twarogowy	20g
	pieczywo pszenne	90g
	pomidor	80g
	sałata	20g
	szynka orzech	45g
	kasza j czmienna na mleku	300g
	herbata	250g
	masło 82%	12,5g
II niadanie	koktajl truskawkowy na kefirze	200g
obiad	udziec drobiowy gotowany	130g
	sos jarzynowy	50g
	ziemniaki z koprem	220g
	sałata z jogurtem	100g
	zupa pomidorowa z makaronem	350g
podwieczorek	kisiel z jabłkiem	160g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	pol dwica drobiowa	40g
	serek kanapkowy	20g
	sałatka z sałaty, pomidora i ogórka kiszzonego	100g

Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kajzerki, Kasza j czmienna, perłowa, Kefir, 2% tłuszczu, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy,

Energia (kcal)	2075,02
Energia (kJ)	8691,97
Białko ogółem (g)	99,03
Tłuszcz (g)	65,62
W glowodany ogółem (g)	277,77
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	27
Sacharoza (g)	27
Błonnik pokarmowy (g)	18,61
Sól (g)	6,45