PCZ-Poddębice
UL. Mickiewicza 16 99-200 Poddębice

Symbol analizy: D. onkologiczna 2.08

Jadłospis na dzień: 2025-08-18

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	sałata	20g
	kasza manna na mleku	250g
	twarożek ze szczypiorkiem	80g
	jogurt naturalny	150g
	masło 82%	12,5g
	chleb pszenny	90g
	szynka z indyka	45g
	herbata	250g
	pomidor	80g
II śniadanie	kiwi	70g
obiad	ryba na parze z warzywami	100g
	marchewka gotowana	150g
	zupa brokułowa z ziemniakami	350g
	ziemniaki z koprem	220g
	napój owocowy	250g
podwieczorek	sałatka makaronowa z wędliną, kukurydzą i rzodkiewką	120g
kolacja	sałata	20g
	szynka wieprzowa	45g
	masło 82%	12,5g
	pieczywo pszenne	130g
	pomidor	80g
	sałatka jarzynowa	80g
	herbata	250g

Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kasza manna, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 500, Mintaj, świeży, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2120,11
Energia (kJ)	8933,15
Białko ogółem (g)	94,11
Tłuszcz (g)	54,41
Węglowodany ogółem (g)	323,52
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	23,46
Sacharoza (g)	28,84
Błonnik pokarmowy (g)	33,26
Sól (g)	6,22