

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. onkologiczna 3.08

Jadłospis na dzie : 2025-08-30

Posiłek	Pozycja	Ilo	
I niadanie	sałata	20g	
	pomidor	80g	
	płatki j czmienne na mleku	300g	
	herbata	250ml	
	pieczywo pszenne	90g	
	masło 82%	12,5g	
	szynka wieprzowa	45g	
II niadanie	ser twarogowy	20g	
	sok wielowarzywny	330g	
	obiad	sos jarzynowy	50g
	napój owocowy	250ml	
	kalafior gotowany na parze	150g	
	ziemniaki z koprem	220g	
	pulpet wieprzowo-wołowy gotowany	80g	
	zupa burakowa z makaronem	350g	
	podwieczorek	bukiet warzyw na parze z ziołami	150g
	kolacja	szynka drobiowa	45g
pasta z makreli		80g	
sałatka z pomidorem, ogórkiem kiszonym i słonecznikiem		100g	
masło 82%		12,5g	
pieczywo pszenne		130g	
herbata	250ml		

Alergeny

Bułki pszenne zwykłe, Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kajzerki, Makaron bezjajeczny, Makrela, w dzona, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Płatki j czmienne, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2128,08
Energia (kJ)	8948,41
Białko ogółem (g)	103,88
Tłuszcz (g)	67,13
W glowodany ogółem (g)	278,63
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	28,97
Sacharoza (g)	27,14
Błonnik pokarmowy (g)	28,29
Sól (g)	9,66