

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. podstawowa 2.08

Jadłospis na dzie : 2025-08-15

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	herbata	250g
	masło 82%	12,5g
	ser óty plaster	20g
	kasza j czmienna na mleku	300g
	sałata	20g
	koktajl z truskawk na kefirze	200g
	szynka wieprzowa	45g
	pieczywo mieszane	90g
	papryka	80g
	obiad	mi so wieprzowe duszone z warzywami
napój owocowy		250ml
ziemniaki z koprem		220g
zupa pomidorowa z makaronem		350g
mizeria		150g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo mieszane	130g
	masło 82%	12,5g
	pol dwica drobiowa	40g
	serek kanapkowy	20g
	sałatka z sałaty, pomidora i ogórka kiszzonego	100g

Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kasza j czmienna, perlowa, Kefir, 2% tłuszczu, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser, salami pełnotłusty, mietana, 18% tłuszczu,

Energia (kcal)	2009,58
Energia (kJ)	8405,85
Białko ogółem (g)	88,46
Tłuszcz (g)	67,84
W glowodany ogółem (g)	262,84
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	30,31
Sacharoza (g)	20,97
Błonnik pokarmowy (g)	25,09
Sól (g)	5,96