

PCZ-Poddębice
UL. Mickiewicza 16 99-200 Poddębice
Symbol analizy: D. onkologiczna 1.10

Jadłospis na dzień: 2025-10-10

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	kasza jaglana na mleku	300g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	pieczywo pszenne	90g
	masło 82%	12,5g
	serek śmietankowy	30g
	szynka delikatesowa	45g
	herbata	250g
II śniadanie	mus owocowy	200g
obiad	ziemniaki z koprem	220g
	sos jarzynowy	50g
	zupa mieszczańska z ryżem	350g
	burak gotowany	150g
	napój owocowy	250g
	pulpet wieprzowo-wołowy gotowany na parze	80g
podwieczorek	sałatka makaronowa z wędliną, kukurydzą i rzodkiewką	120g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	pasta z makreli i sera	100g
	szynka z indyka	45g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	kakao na mleku 2%	250g

Alergeny
Bułki pszenne zwykłe, Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kajzerki, Kakao 16%, proszek, Makaron bezjajeczny, Makrela, wędzona, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 500, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2344,08
Energia (kJ)	9791,79
Białko ogółem (g)	109,87
Tłuszcz (g)	71,52
Węglowodany ogółem (g)	326
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	33,8
Sacharoza (g)	34,57
Błonnik pokarmowy (g)	23,52
Sól (g)	7,26