

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. podstawowa 2.09

Jadłospis na dzie : 2025-09-19

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	płatki owsiane na mleku	300g
	serek mietankowy	30g
	pomidor	80g
	herbata	250g
	pieczywo mieszane	90g
	sałata	20g
	kiełbasa szynkowa	40g
	masło 82%	12,5g
	obiad	napój owocowy
kotlet drobiowy sma ony		80g
kasza p czak gotowana na sypko		200g
barszcz biały z makaronem		350g
buraczek gotowany		150g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo mieszane	130g
	masło 82%	12,5g
	szynka konserwowa	45g
	ser biały	80g
	sałata z pomidorem, oliw i ziołami	80g

Alergeny

Bułka tarta, Bułki grahamki, Bułki pszenne zwykłe, Chleb graham, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Kasza j czmienna, p czak, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty, mietana, 18% tłuszczu,

Energia (kcal)	2045,73
Energia (kJ)	8596,01
Białko ogółem (g)	93,72
Tłuszcz (g)	71,08
W glowodany ogółem (g)	250,24
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	27,97
Sacharoza (g)	28,44
Błonnik pokarmowy (g)	24,16
Sól (g)	5,2