

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. onkologiczna 2.11

Jadłospis na dzie : 2025-11-18

| Posiłek | Pozycja | Ilo |
|--------------|--|-------|
| I niadanie | sałata | 20g |
| | kasza manna na mleku | 250g |
| | twaro ek ze szczypiorkiem | 80g |
| | banan | 180g |
| | masło 82% | 12,5g |
| | chleb pszenny | 90g |
| | szynka z indyka | 45g |
| | herbata | 250g |
| | pomidor | 80g |
| II niadanie | jogurt naturalny | 150g |
| obiad | zupa brokułowa z ziemniakami | 350g |
| | napój owocowy | 250g |
| | ziemniaki z koprem | 220g |
| | marchewka gotowana | 150g |
| | ryba na parze z warzywami | 100g |
| podwieczorek | sałatka makaronowa z w dlin , kukurydz i rzodkiewk | 120g |
| kolacja | sałata | 20g |
| | szynka wieprzowa | 45g |
| | masło 82% | 12,5g |
| | pieczywo pszenne | 130g |
| | pomidor | 80g |
| | sałatka jarzynowa | 80g |
| | herbata | 250g |
| | ser twarogowy plaster | 21g |

Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kasza manna, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mintaj, wie y, Mleko spo ywczce, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

| | |
|-------------------------------|---------|
| Energia (kcal) | 2226,67 |
| Energia (kJ) | 9384,6 |
| Białko ogółem (g) | 96,91 |
| Tłuszcz (g) | 57,1 |
| W glowodany ogółem (g) | 353,11 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone (g) | 25,23 |
| Sacharoza (g) | 39,8 |
| Błonnik pokarmowy (g) | 33,87 |
| Sól (g) | 6,65 |