

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: D. podstawowa 2.11

Jadłospis na dzie : 2025-11-11

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	manna na mleku	300g
	pomidor	80g
	banan	180g
	masło 82%	12,5
	herbata	250g
	sałata	20g
	pieczywo mieszane	90g
	twarożek z rzodkiewk	80g
	szynka parzona	45g
	obiad	ziemniaki z koprem
Zupa szczawiowa z makaronem i jajkiem		350g
napój owocowy		250g
ryba panierowana sma ona		80g
surówka z warzyw mieszanych		150g
kolacja	ser twarogowy	21g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	kiwi	70g
	herbata	250g
	masło 82%	12,5g
	pieczywo mieszane	130g
	schab gotowany w sosie pomidorowym	80g

Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Kasza manna, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mintaj, wie y, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtusty, mietana, 18% tłuszczu,

Energia (kcal)	2120,51
Energia (kJ)	8922,65
Białko ogółem (g)	96,75
Tłuszcz (g)	63,4
W glowodany ogółem (g)	304,79
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	25,18
Sacharoza (g)	33,53
Błonnik pokarmowy (g)	27,86
Sól (g)	4,4