

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: (2025) Dieta onkolog. 3.12

Jadłospis na dzie : 2025-12-27

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	zupa mleczna	300g
	pieczywo pszenne	90g
	szynka parzona	45g
	pomidor	80g
	masło 82%	12,5g
	sałata	20g
	serek mietankowy	30g
	herbata	250g
II niadanie	mandarynka	80g
obiad	napój owocowy	250g
	kasza j czmienna gotowana na sypko	200g
	zupa koperkowa z ziemniakami	350g
	surówka z selera i marchwi	150g
	sos natkowy	50g
	udziec drobiowy gotowany	140g
podwieczorek	pasta z sera i jajka ze szczypiorkiem	80g
	pieczywo pszenne	20g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	potrawka drobiowa z warzywami	100g
	sałatka z sałaty, pomidora i ogórka kiszzonego	100g
	ser twarogowy plaster	20g

Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kajzerki, Kasza j czmienna, perłowa, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywczce, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2317,45
Energia (kJ)	9736,76
Białko ogółem (g)	118,63
Tłuszcz (g)	83,67
W glowodany ogółem (g)	272,68
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	34,63
Sacharoza (g)	24,11
Błonnik pokarmowy (g)	23,91
Sól (g)	6,11