

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: 2026 d. łatwostrawna 2.01

Jadłospis na dzie : 2026-01-13

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	banan	180g
	ser biały	75g
	płatki owsiane na mleku	300g
	szynka drobiowa	45g
	pomidor	80g
	herbata	250g
	pieczywo pszenne	90g
	sałata	20g
	masło 82%	12,5g
	obiad	sos koperkowy
krupnik z kaszy j czmiennej		350g
sałatka z buraka		150g
napój owocowy		250g
ziemniaki z koprem		220g
pulpet drobiowy gotowany na parze		80g
kolacja	pieczywo pszenne	130g
	masło	12,5g
	pasta mi sno-warzywna	80g
	jajko gotowane	50g
	pomidor	80g
	sałata	20g

Alergeny

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

Energia (kcal)	2064,5
Energia (kJ)	8691,53
Białko ogółem (g)	106,62
Tłuszcz (g)	54,76
W glowodany ogółem (g)	307,06
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	23,52
Sacharoza (g)	43,92
Błonnik pokarmowy (g)	27,69
Sól (g)	4,3