

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: 2026 d. łatwostrawna 3.02

Jadłospis na dzie : 2026-02-23

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	masło 82%	12,5g
	pieczywo pszenne	90g
	pomidor	80g
	twarozek z koprem	80g
	sałata	10g
	szynka konserwowa	45g
	manna na mleku	300g
	herbata	250g
obiad	pulpet drobiowy gotowany	80g
	kefir	200g
	zupa kalafiorowa	350g
	surówka z marchwi i selera	150g
	sos koperkowy	50g
	napój owocowy	250g
	kasza j czmienna gotowana na sypko	200g
	herbata	250g
kolacja	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	schab gotowany	80g
	sos pomidorowy	50g
	ser plaster twarogowy	21g
	bukiet warzyw na parze	80g
	sałata	20g

Alergeny

Bułki pszenne zwykłe, Chleb pszenny, Jaja kurze całe, Kajzerki, Kasza j czmienna, perlowna, Kasza manna, Kefir, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywczce, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy chudy,

Energia (kcal)	1977,73
Energia (kJ)	8341,25
Białko ogółem (g)	114,15
Tłuszcz (g)	49,87
W glowodany ogółem (g)	265,71
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	23,97
Sacharoza (g)	20,24
Błonnik pokarmowy (g)	23,25
Sól (g)	4,95