

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: 2026 d. podstawowa 2.02

Jadłospis na dzie : 2026-02-17

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	serek homogenizowany	150g
	płatki j czmienne na mleku	300g
	herbata	250g
	szynka konserwowa	45g
	pomidor	80g
	sałata	20g
	pieczywo mieszane	90g
	banan	180g
	masło 82%	12,5g
	obiad	udko drobiowe pieczone
napój owocowy		250g
rosół		350g
ziemniaki gotowane		220g
brukselka z okras		150g
kolacja	masło 82%	12,5g
	sałata	20g
	herbata	250g
	pomidor	80g
	pieczywo mieszane	130g
	szynka drobiowa	45g
	pasta z makreli i sera	80g

Alergeny

Bułka tarta, Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Makaron bezjajeczny, Makrela, w dzona, Masło ekstra, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Płatki j czmienne, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty, Serek twarogowy, homogenizowany, pełnotłusty,

Energia (kcal)	2435,41
Energia (kJ)	10219,58
Białko ogółem (g)	135,56
Tłuszcz (g)	91,08
W glowodany ogółem (g)	277,7
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	41,37
Sacharoza (g)	31,94
Błonnik pokarmowy (g)	31,13
Sól (g)	6,58