

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: 2026 d. podstawowa 3.02

Jadłospis na dzie : 2026-02-23

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	pieczywo mieszane	90g
	herbata	250g
	manna na mleku	300g
	pomidor	80g
	twarożek z koprem	80g
	szynka konserwowa	45g
	masło 82%	12,5
	sałata	20g
	obiad	napój owocowy
kasza p czak gotowana na sypko		200g
karczek w sosie pieczeniowym		80g
zupa ogórkowa z ziemniakami i ciecierzyc		350g
surówka z marchwi i selera		150g
kolacja	herbata	250g
	masło 82%	12,5g
	pieczywo mieszane	130g
	parówka z indyka	100g
	ser twarogowy	21g
	pomidor	80g
	sałata	20g

Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Kasza j czmienna, p czak, Kasza manna, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty, mietana, 18% tłuszczu,

Energia (kcal)	2100,3
Energia (kJ)	8815,91
Białko ogółem (g)	89,78
Tłuszcz (g)	80,95
W glowodany ogółem (g)	247,4
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	33,51
Sacharoza (g)	21,68
Błonnik pokarmowy (g)	26,7
Sól (g)	7,07