

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: 2026 d. z ogr. t/p w gl. 1.03

Jadłospis na dzie : 2026-03-07

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	herbata	250g
	ser twarogowy	20g
	pieczywo razowe	90g
	kielbasa drobiowa	40g
	pomidor	80g
	masło 82%	12,5g
	sałata	20g
	II niadanie	serek wypasiony mietankowy
pomidor		80g
chlebek chrupki		14g
obiad	pulpet wieprzowo-wołowy gotowany	80g
	sos jarzynowy	50g
	ziemniaki z koprem	220g
	napój owocowy	250g
	zupa wielowarzywna	350g
	surówka z selera i jabłka	150g
podwieczorek	parówka z indyka	50g
	ogórek	50g
	masło 82%	10g
	pieczywo razowe	40g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo razowe	130g
	masło 82%	12,5g
	szynka z indyka	45g
	pasta z sera i pomidora z bazyli	100g
	pomidor	80g
	sałata	20g

Alergeny

Bułki grahamki, Bułki pszenne zwykłe, Chleb graham, Jaja kurze całe, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2222,89
Energia (kJ)	9305,13
Białko ogółem (g)	95,12
Tłuszcz (g)	95,63
W glowodany ogółem (g)	248,33
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	33,16
Sacharoza (g)	13
Błonnik pokarmowy (g)	35,97
Sól (g)	5,88