

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: 2026 d. łatwostrawna 1.04

Jadłospis na dzie : 2026-04-04

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	serek mietankowy	30g
	masło 82%	12,5g
	szynka konserwowa	45g
	pieczywo pszenne	90g
	sałata	20g
	herbata	250g
	pomidor	80g
	płatki j czmienne na mleku	300g
obiad	burak gotowany	150g
	kefir	200g
	kasza j czmienna got. na sypko	200g
	pulpety drobiowo-wieprzowe gotowane na parze	80g
	napój owocowy	250g
	zupa koperkowa z ziemniakami	350g
	sos natkowy	50g
podwieczorek	serek homogenizowany	150g
kolacja	sałata	20g
	bukiet warzyw na parze z oliw	100g
	szynka z indyka	45g
	pieczywo pszenne	130g
	pasta z jaj ze szczypiorkiem	80g
	masło 82%	12,5g
	herbata	250g

Alergeny

Bułki pszenne zwykłe, Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kajzerki, Kasza j czmienna, perlowa, Kefir, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Płatk j czmienne, Seler korzeniowy, Serek twarogowy, homogenizowany, pełnotłusty,

Energia (kcal)	2148,74
Energia (kJ)	9031,57
Białko ogółem (g)	108,42
Tłuszcz (g)	74,36
W glowodany ogółem (g)	261,86
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	36,3
Sacharoza (g)	18,73
Błonnik pokarmowy (g)	21,87
Sól (g)	5,63