

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: 2026 d. łatwostrawna 1.04

Jadłospis na dzie : 2026-04-07

| Posiłek | Pozycja | Ilo | |
|----------------------------------|-----------------------------|------------------|------|
| I niadanie | Herbata | 250g | |
| | jogurt naturalny | 150g | |
| | masło 82% | 12,5g | |
| | zacierka na mleku | 300g | |
| | pomidor | 80g | |
| | pol dwica z piersi kurczaka | 40g | |
| | serek mietankowy | 30g | |
| | pieczywo pszenne | 90g | |
| | sałata | 20g | |
| | obiad | marchew gotowana | 150g |
| | | napój owocowy | 250g |
| ziemniaki z koprem | | 220g | |
| sos jarzynowy | | 50g | |
| pulpet wieprzowo-wołowy gotowany | | 80g | |
| zupa wielowarzywna z ziemniakami | | 350g | |
| podwieczorek | | mus owocowy | 100g |
| kolacja | herbata | 250g | |
| | pieczywo pszenne | 130g | |
| | masło 82% | 12,5g | |
| | szynka z indyka | 45g | |
| | pasta z sera i pomidora | 100g | |
| | pomidor | 80g | |
| | sałata | 20g | |

Alergeny

Bułki pszenne zwykłe, Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kajzerki, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

| | |
|-------------------------------|---------|
| Energia (kcal) | 2132,9 |
| Energia (kJ) | 8977,01 |
| Białko ogółem (g) | 97,28 |
| Tłuszcz (g) | 63,61 |
| W glowodany ogółem (g) | 300,04 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone (g) | 30,97 |
| Sacharoza (g) | 42,01 |
| Błonnik pokarmowy (g) | 26,18 |
| Sól (g) | 5,09 |