

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: 2026 d. łatwostrawna 2.03

Jadłospis na dzie : 2026-03-19

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	pomidor	80g
	serek mietankowy	30g
	masło 82%	12,5g
	skyr	140g
	sałata	20g
	płatki owsiane na mleku	300g
	kiełbasa szynkowa	40g
	herbata	250g
	pieczywo pszenne	90g
	obiad	pulpet drobiowy
buraczek gotowany		150g
napój owocowy		250g
sos koperkowy		50g
kasza j czmienna gotowana		200g
zupa selerowa z makaronem		350g
podwieczorek	sok pomidorowy	330ml
kolacja	herbata	250g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	szynka konserwowa	45g
	ser biały	80g
	bukiet warzyw wiosennych na parze z dodatkiem oliwy i zió	80g

Alergeny

Bułki pszenne zwykłe, Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Kajzerki, Kasza j czmienna, perłowa, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2032,75
Energia (kJ)	8559,21
Białko ogółem (g)	110,33
Tłuszcz (g)	56,87
W glowodany ogółem (g)	263,69
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	26,38
Sacharoza (g)	28,57
Błonnik pokarmowy (g)	25,04
Sól (g)	6,71