

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: 2026 d. łatwostrawna 3.03

Jadłospis na dzie : 2026-03-23

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	twarozek z koprem	80g
	pomidor	80g
	sałata	10g
	pieczywo pszenne	90g
	szynka konserwowa	45g
	masło 82%	12,5g
	herbata	250g
	manna na mleku	300g
	serek homogenizowany	150g
	obiad	zupa kalafiorowa
napój owocowy		250g
kasza j czmienna gotowana na sypko		200g
pulpet drobiowy gotowany na parze		80g
surówka z marchwi i selera		150g
kefir		200g
sos koperkowy		50g
podwieczorek		sałata
	chlebek chrupki	6g
	paluszek serowy	21g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo pszenne	130g
	schab gotowany	80g
	sos pomidorowy	50g
	ser plaster twarogowy	21g
	pomidor	80g
	sałata	20g
	masło 82%	12,5g

Alergeny

Bułki pszenne zwykłe, Chleb pszenny, Jaja kurze całe, Kajzerki, Kasza j czmienna, perłowa, Kasza manna, Kefir, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy chudy, Ser twarogowy półtłusty, Serek twarogowy, homogenizowany, pełnotłusty,

Energia (kcal)	2202,87
Energia (kJ)	9279,75
Białko ogółem (g)	133,34
Tłuszcz (g)	65,32
W glowodany ogółem (g)	268,78
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	33,26
Sacharoza (g)	14,93
Błonnik pokarmowy (g)	21,74
Sól (g)	5,1