

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: 2026 d. łatwostr. wzbg. 1.04

Jadłospis na dzie : 2026-04-01

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	mozzarella	50g
	zupa ML na mleku	300g
	masło 82%	12,5g
	pomidor	80g
	szynka z indyka	45g
	sałata	20g
	herbata	250g
	pieczywo pszenne	90g
II niadanie	mus warzywno-owocowy	200g
obiad	kasza j czmienna gotowana na sypko	200g
	sos koperkowy	50g
	schab wieprzowy gotowany	80g
	woda z mi t i cytryn	250g
	sałata z z buraka i jabłka	150g
	zupa pomidorowa z makaronem	350g
podwieczorek	kisiel z truskawk	200g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	sałatka brokułowa	150g
	serek mietankowy	30g
	szynka w dzona parzona	45g
	sałata	20g
	jabłko	180g

Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kajzerki, Kasza j czmienna, perłowa, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy,

Energia (kcal)	2161,13
Energia (kJ)	8437,37
Białko ogółem (g)	103,16
Tłuszcz (g)	62,13
W glowodany ogółem (g)	301,29
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	24,62
Sacharoza (g)	35,45
Błonnik pokarmowy (g)	25,68
Sól (g)	4,64