

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: 2026 d. z ogr. t/p w gl. 1.04

Jadłospis na dzie : 2026-04-04

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	masło 82%	12,5g
	herbata	250g
	pomidor	80g
	sałata	20g
	serek mietankowy	30g
	szynka konserwowa	45g
	pieczywo razowe	90g
II niadanie	serek homogenizowany	150g
obiad	burak gotowany	150g
	zupa koperkowa z ziemniakami	350g
	pulpet gotowany (drob-wp) na parze	80g
	sos natkowy	50g
	kasza j czmienna gotowana na sypko	200g
	napój owocowy	250g
	kefir	200g
podwieczorek	parówki z indyka	50g
	pieczywo razowe	40g
	pomidor	40g
	masło 82%	10g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo razowe	130g
	masło 82%	12,5g
	pasta z jaj ze szczypiorkiem	80g
	szynka z indyka	45g
	bukiet warzyw na parze z oliw	100g
	sałata	20g

Alergeny

Bułki grahamki, Bułki pszenne zwykłe, Chleb graham, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kasza j czmienna, perłowa, Kefir, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywczce, 2% tłuszczu, Selei korzeniowy, Serek twarogowy, homogenizowany, pełnotłusty,

Energia (kcal)	2157,25
Energia (kJ)	9039,04
Białko ogółem (g)	98,98
Tłuszcz (g)	89,4
W glowodany ogółem (g)	235,09
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	41,55
Sacharoza (g)	13,98
Błonnik pokarmowy (g)	30,36
Sól (g)	5,47