

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: 2026 d. łatwostrawna 1.05

Jadłospis na dzie : 2026-05-06

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	twaro ek z koperkiem	80g
	pol dwica drobiowa	40g
	pomidor	80g
	jablko	180g
	herbata	250g
	płatki owsiane na mleku	300g
	sałata	20g
	masło 82%	12,5g
	pieczywo pszenne	90g
	obiad	gulasz drobiowy gotowany
zupa burakowa z makaronem		350g
woda z mi t i cytyn		250g
ziemniaki z koprem		220g
marchewka gotowana		150g
podwieczorek	paluszek serowy 1szt	21g
	chleb chrupki	6g
	sałata	10g
kolacja	sałatka jarzynowa	150g
	sałata	20g
	kielbasa krakowska	40g
	masło 82%	12,5g
	pieczywo pszenne	130g
	serek mietankowy	30g

#### Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Kajzerki, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2127,85
Energia (kJ)	8946,02
Białko ogółem (g)	99,63
Tłuszcz (g)	60,39
W glowodany ogółem (g)	306,36
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	25,64
Sacharoza (g)	23,61
Błonnik pokarmowy (g)	31,43
Sól (g)	5,71