

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: 2026 d. łatwostrawna 2.04

Jadłospis na dzie : 2026-04-11

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	manna na mleku	300g
	sałata	20g
	szynka parzona	45g
	masło 82%	12,5g
	pomidor	80g
	pieczywo pszenne	90g
	twarozek ze szczypiorem	80g
	herbata	250g
obiad	surówka z selera i jabłka	150g
	sos koperkowy	50g
	napój owocowy	250g
	zupa jaglana z warzywami	350g
	ziemniaki z koprem	220g
	pulpet rybny	80g
podwieczorek	jogurt owocowy	100g
kolacja	pieczywo pszenne	90g
	masło 82%	12,5g
	schab gotowany w sosie pomidorowym	80g
	ser plaster twarogowy	21,5g
	sałata	20g
	kiwi	70g
	kakao na mleku 2%	250g
	pomidor	80g

Alergeny

Bułki pszenne zwykłe, Chleb pszenny, Jaja kurze całe, Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu, Kajzerki, Kakao 16%, proszek, Kasza manna, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mintaj, wie y, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtusty,

Energia (kcal)	2021,48
Energia (kJ)	8516,19
Białko ogółem (g)	105,52
Tłuszcz (g)	54,36
W glowodany ogółem (g)	285,24
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	27,19
Sacharoza (g)	14,96
Błonnik pokarmowy (g)	23,19
Sól (g)	5,13