

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: 2026 d. łatwostrawna 2.04

Jadłospis na dzie : 2026-04-14

| Posiłek | Pozycja | Ilo |
|--------------|---|-------|
| I niadanie | tomidor | 80g |
| | ry na mleku | 300g |
| | masło 82% | 12,5g |
| | pieczywo pszenne | 90g |
| | twaro ek ze szczypiorkiem | 90g |
| | kiełbasa krakowska | 40g |
| | herbata | 250g |
| | sałata | 20g |
| obiad | zupa koperkowa | 350g |
| | napój owocowy | 250g |
| | kasza j czmienna gotowana na sypko | 200g |
| | brokuł gotowany na parze z olejem i ziołami | 150g |
| | sos natkowy | 50g |
| | schab wieprzowy gotowany | 80g |
| podwieczorek | banan | 180g |
| kolacja | szynka z piersi kurczka | 45g |
| | sałatka jarzynowa | 150g |
| | sałata | 20g |
| | masło 82% | 12,5g |
| | pieczywo pszenne | 130g |
| | herbata | 250g |
| | serek smietankowy | 30g |

Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Kajzerki, Kasza j czmienna, perłowa, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywczce, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

| | |
|-------------------------------|---------|
| Energia (kcal) | 2072,77 |
| Energia (kJ) | 8722,75 |
| Białko ogółem (g) | 97,49 |
| Tłuszcz (g) | 63,37 |
| W glowodany ogółem (g) | 292,58 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone (g) | 26,36 |
| Sacharoza (g) | 19,34 |
| Błonnik pokarmowy (g) | 24,76 |
| Sól (g) | 5,34 |