

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: 2026 d. łatwostrawna 2.04

Jadłospis na dzie : 2026-04-15

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	sałata	20g
	kasza j czmienna na mleku	300g
	masło 82%	12,5g
	jajko gotowane	60g
	szynka orzech	45g
	pieczywo pszenne	90g
	pomidor	80g
	herbata	250g
	obiad	woda z mi t i cytryn
udziec drobiowy gotowany		130g
surówka z marchewki i jabłka		150g
sos jarzynowy		50g
zupa selerowa z makaronem		350g
ry gotowany na sypko		200g
podwieczorek	jogurt owocowy	100g
kolacja	pieczywo pszenne	130g
	herbata	250g
	masło 82%	12,5g
	pol dwica drobiowa	40g
	serek kanapkowy	17g
	dynia z cukini na parze z ziołami i oliw	100g

Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu, Kajzerki, Kasza j czmienna, perłowa, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywczce, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy,

Energia (kcal)	2064,43
Energia (kJ)	8674,36
Białko ogółem (g)	99,28
Tłuszcz (g)	68,73
W glowodany ogółem (g)	258,99
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	25,55
Sacharoza (g)	15,68
Błonnik pokarmowy (g)	22,2
Sól (g)	6,01