

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: 2026 d. łatwostrawna 2.04

Jadłospis na dzie : 2026-04-19

Posiłek	Pozycja	Ilo	
I niadanie	kiełbasa szynkowa	40g	
	herbata	250g	
	pieczywo pszenne	90g	
	pomidor	80g	
	serek mietankowy	30g	
	masło 82%	12,5g	
	sałata	20g	
	płatki owsiane na mleku	300g	
	obiad	zupa brokułowa z zacierk	350g
		udziec gotowany	140g
buraczek gotowany		150g	
sos jarzynowy		50g	
kasza j czmienna gotowana na sypko		200g	
napój owocowy		250g	
podwieczorek	jogurt owocowy	100g	
kolacja	herbata	250g	
	pieczywo pszenne	130g	
	masło 82%	12,5g	
	szynka konserwowa	45g	
	ser biały	80g	
	sałata	20g	
	dynia z cukini na parze z ziołami i oliw		

Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu, Kajzerki, Kasza j czmienna, perłowa, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2082,21
Energia (kJ)	8746,37
Białko ogółem (g)	105,01
Tłuszcz (g)	74,43
W glowodany ogółem (g)	244,52
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	31,84
Sacharoza (g)	22,07
Błonnik pokarmowy (g)	21,87
Sól (g)	5,43