

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: 2026 d. z ogr. t/p w gl. 1.05

Jadłospis na dzie : 2026-05-07

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	herbata	250g
	sałata	20g
	masło 82%	12,5g
	skyr naturalny	140g
	ser twarogowy plaster	21,5g
	pieczywo razowe	90g
	szynka z piersi kurczaka	45g
	pomidor	80g
	II niadanie	serek homogenizowany
obiad	zupa wielowarzywna z ziemniakami	350g
	surówka z buraka i jabłka	150g
	ziemniaki z koprem	220g
	pulpet rybny gotowany na parze	80g
	sos koperkowy	50g
	napój owocowy	250g
	podwieczorek	ogórek
	pieczywo razowe	40g
	parówka z indyka	50g
	masło 82%	10g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo razowe	130g
	masło 82%	12,5g
	pol dwica drobiowa	40g
	pasta z sera i pomidora	100g
	sałata	20g

Alergeny

Bułki grahamki, Bułki pszenne zwykłe, Chleb graham, Jaja kurze całe, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty, Serek twarogowy, homogenizowany, pełnotłusty

Energia (kcal)	2089,46
Energia (kJ)	8444,21
Białko ogółem (g)	120,65
Tłuszcz (g)	70,9
W glowodany ogółem (g)	245,35
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	35,54
Sacharoza (g)	17,66
Błonnik pokarmowy (g)	31,17
Sól (g)	6,02