

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: 2026 d. łatwostrawna 3.05

Jadłospis na dzie : 2026-05-23

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	herbata	250g
	masło 82%	12,5g
	szynka konserwowa	45g
	pomidor	80g
	twarozek z koprem	80g
	sałata	10g
	manna na mleku	300g
	pieczywo pszenne	90g
	obiad	pulpet drobiowy gotowany na parze
zupa kalafiorowa		350g
surówka z marchwi i selera i jabłka		150g
sos koperkowy		50g
kefir		200g
napój owocowy		250g
kasza j czmienna gotowana na sypko		200g
podwieczorek	mus owocowy	100g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	schab gotowany	80g
	sos pomidorowy	50g
	ser plaster twarogowy	21,5g
	sałata	20g

Alergeny

Bułki pszenne zwykłe, Chleb pszenny, Jaja kurze całe, Kajzerki, Kasza j czmienna, perlowa, Kasza manna, Kefir, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2072,18
Energia (kJ)	8740,41
Białko ogółem (g)	114,01
Tłuszcz (g)	52,5
W glowodany ogółem (g)	285,07
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	25,54
Sacharoza (g)	33,29
Błonnik pokarmowy (g)	22,12
Sól (g)	4,95