

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: 2026 d. łatwostrawna 4.05

Jadłospis na dzie : 2026-05-31

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	kiwi	80g
	pomidor	80g
	masło 82%	12,5g
	szynka konserwowa	45g
	serek homogenizowany	150g
	herbata	250g
	ser mozzarella	40g
	sałata	20g
	kasza jaglana na mleku	300g
	pieczywo pszenne	90g
obiad	zupa jarzynowa z ry em	350g
	surówka z marchwi i jabłka	150g
	sos natkowy	50g
	kefir	200g
	ziemniaki z koperkiem	220g
	filet drobiowy gotowany	80g
	napój owocowy	250g
podwieczorek	mus owocowy	100g
kolacja	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5g
	twaro ek ze szczypiorkiem	80g
	szynka z indyka	45g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	kakao na mleku 2%	250g
herbata	250g	

#### Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, Kakao 16%, proszek, Kefir, 2% tłuszczu, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty, Serek twarogowy, homogenizowany, pełnotłusty

Energia (kcal)	2302,52
Energia (kJ)	9239,03
Białko ogółem (g)	127,8
Tłuszcz (g)	72,58
W glowodany ogółem (g)	290,58
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	33,83
Sacharoza (g)	35,48
Błonnik pokarmowy (g)	22,69
Sól (g)	5,2