

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: 2026 d. łatwostr. wzb. 2.05

Jadłospis na dzie : 2026-05-19

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	płatki owsiane na mleku	300g
	kiełbasa szynkowa	40g
	herbata	250g
	pieczywo pszenne	90g
	banan	180g
	pomidor	80g
	serek mietankowy	30g
	masło 82%	12,5g
	sałata	20g
	II niadanie	mus owocowy
obiad	napój owocowy	250g
	potrawka drobiowa w jarzynach	120g
	buraczek gotowany	150g
	kasza j czmienna gotowana na sypko	200g
	zupa selerowa z makaronem	350g
podwieczorek	budy z brzoskwini	200g
kolacja	pieczywo pszenne	130g
	herbata	250g
	masło 82%	12,5g
	szynka konserwowa	45g
	ser biały	80g
	sałata z pomidorem, ziołami i oliw	80g

Alergeny

Chleb pszenny, Chleb zwykły, 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)	2392,75
Energia (kJ)	10065,95
Białko ogółem (g)	105,58
Tłuszcz (g)	74,84
W glowodany ogółem (g)	336,63
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	32,46
Sacharoza (g)	49,88
Błonnik pokarmowy (g)	26,78
Sól (g)	5,58