

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: 2026 d. podstawowa 3.05

Jadłospis na dzie : 2026-05-23

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	pieczywo mieszane	90g
	sałata	20g
	masło 82%	12,5
	szynka konserwowa	45g
	herbata	250g
	twarożek z koprem	80g
	pomidor	80g
	manna na mleku	300g
	obiad	karczek w sosie pieczeniowym
kasza p czak gotowana na sypko		200g
zupa ogórkowa z ziemniakami i ciecierzyc		350g
surówka z marchwii, selera i jabłka		150g
napój owocowy		250g
podwieczorek	mus owocowy	100g
kolacja	herbata	250g
	masło 82%	12,5g
	pieczywo mieszane	130g
	parówka z indyka	100g
	ser twarogowy plaster	21,5g
	pomidor	80g
	sałata	20g

Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Kasza j czmienna, p czak, Kasza manna, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywczce, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty, mietana, 12% tłuszczu,

Energia (kcal)	2132,63
Energia (kJ)	8953,23
Białko ogółem (g)	89,69
Tłuszcz (g)	80,2
W glowodany ogółem (g)	257,99
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	33,09
Sacharoza (g)	34,59
Błonnik pokarmowy (g)	25,33
Sól (g)	7,02