

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: 2026 d. z ogr. t/p w gl. 1.06

Jadłospis na dzie : 2026-06-10

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	herbata	250g
	sałata	20g
	pieczywo razowe	90g
	pomidor	80g
	szynka delikatesowa	45g
	jajko gotowane	60g
	masło 82%	12,5g
II niadanie	chleb chrupki	6g
	mus owocowy	200g
obiad	zupa mieszcza ska z ry em br zowym	350g
	sos jarzynowy	50g
	woda z miet i cytryn	250g
	pulpet wieprzowo-wołowy gotowany na parze	80g
	ziemniaki z koprem	220g
	burak gotowany	150g
podwieczorek	sałatka makaronowa z w dlin , ciecierzyc i rzodkiewk	120g
kolacja	herbata	250g
	pieczywo razowe	130g
	masło 82%	12,5g
	pasta z makreli i sera	100g
	szynka drobiowa	40g
	sałata	20g
	pomidor	80g
	kakao na mleku 2%	250g

Alergeny

Bułki grahamki, Bułki pszenne zwykłe, Chleb graham, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kakao 16%, proszek, Makrela, w dzona, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy Ser twarogowy półtłusty,

Energia (kcal)	2087,11
Energia (kJ)	8706,7
Białko ogółem (g)	104,35
Tłuszcz (g)	66,12
W glowodany ogółem (g)	276,01
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	28,15
Sacharoza (g)	20,16
Błonnik pokarmowy (g)	31,48
Sól (g)	7,18