

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: 2026 d. z ogr. t/p w gl. 2.05

Jadłospis na dzie : 2026-05-16

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	mozzarella	40g
	pomidor	80g
	sałata	20g
	jogurt skyr	140g
	pieczywo razowe	90g
	masło 82%	12,5g
	szynka drobiowa	41,5g
	herbata	250g
II niadanie	mus warzywno-owcowy	200g
obiad	zupa buraczkowa z makaronem	350g
	kefir	200g
	napój owocowy	250g
	kalafior gotowany z olejem i ziołami	150g
	filet drobiowy gotowany	80g
	ry br zowy	200g
	sos koperkowy	50g
	podwieczorek	chlebek chrupki
	serek homogenizowany mietankowy	150g
kolacja	sałata	20g
	kakao na mleku 2%	250g
	pieczywo razowe	130g
	herbata	250g
	bukiet warzyw na parze z ziołami i oliw	80g
	pasta z sera i pomidora	100g
	kiełbasa zielonogórska	40g
	masło 82%	12,5g

Alergeny

Chleb graham, Kakao 16%, proszek, Kefir, 2% tłuszczu, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty, Serek twarogowy, homogenizowany, pełnotłusty,

Energia (kcal)	2233,65
Energia (kJ)	8929,28
Białko ogółem (g)	137,24
Tłuszcz (g)	73,35
W glowodany ogółem (g)	251,76
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	32,17
Sacharoza (g)	17,44
Błonnik pokarmowy (g)	31,43
Sól (g)	5,07