

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: 2026 d. łatwostr. wzbg. 2.07

Jadłospis na dzie : 2026-07-13

Posiłek	Pozycja	Ilo
I niadanie	sałata	20g
	pomidor	80g
	masło 82%	12,5g
	herbata	250g
	szynka z piersi kurczaka	45g
	ser biały	75g
	pieczywo pszenne	90g
	jabłko	180g
	płatki owsiane na mleku	300g
	II niadanie	serek homogenizowany naturalny
obiad	krupnik z kaszy jęczmiennej z warzywami	350g
	sos koperkowy	50g
	woda z miet i cytryn	250g
	sałatka z buraka i jabłka	150g
	pulpet drobiowy gotowany na parze	80g
	ziemniaki z koprem	220g
podwieczorek	mus owocowy 1szt	100g
kolacja	pieczywo pszenne	130g
	masło 82%	12,5
	pasta miesno-warzywna (drobiowa)	80g
	jajko gotowane	60g
	pomidor	80g
	sałata	20g

Alergeny

Bułki pszenne zwykłe, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Kasza j czmienna, perłowa, Masło ekstra, M ka pszenna, typ 500, Mleko spo ywcz, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty, Serek twarogowy, homogenizowany pełnotłusty,

Energia (kcal)	2332,61
Energia (kJ)	9802,17
Białko ogółem (g)	126,44
Tłuszcz (g)	71,21
W glowodany ogółem (g)	308,19
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	32,64
Sacharoza (g)	45,21
Błonnik pokarmowy (g)	29,02
Sól (g)	4,53