

PCZ-Podd bice

UL. Mickiewicza 16 99-200 Podd bice

Symbol analizy: 2026 d. podstawowa 2.07

Jadłospis na dzie : 2026-07-17

| Posiłek | Pozycja | Ilo |
|--------------|----------------------------|-------|
| I niadanie | jajko gotowane | 60g |
| | herbata | 250g |
| | masło 82% | 12,5g |
| | szynka konserwowa | 45g |
| | pieczywo mieszane | 90g |
| | sałata | 20g |
| | pomidor | 80g |
| | płatki j czmienne na mleku | 300g |
| obiad | ziemniaki gotowane | 220g |
| | woda z mi t i cytryn | 250g |
| | udko drobiowe pieczone | 200g |
| | rosół z makaronem | 350g |
| | mizeria | 150g |
| podwieczorek | jabłko | 180g |
| kolacja | masło 82% | 12,5g |
| | sałata | 20g |
| | herbata | 250g |
| | pomidor | 80g |
| | pieczywo mieszane | 130g |
| | szynka drobiowa | 40g |
| | pasta z makreli i sera | 80g |

Alergeny

Bułki grahamki, Chleb graham, Chleb zwykły, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Makaron bezjajeczny, Makrela, w dzona, Masło ekstra, Mleko spo ywcze, 2% tłuszczu, Płatki j czmienne, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty, mietana, 12% tłuszczu,

| | |
|-------------------------------|---------|
| Energia (kcal) | 2120,68 |
| Energia (kJ) | 8903,34 |
| Białko ogółem (g) | 117,55 |
| Tłuszcz (g) | 77,75 |
| W glowodany ogółem (g) | 243,33 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone (g) | 32,25 |
| Sacharoza (g) | 9,13 |
| Błonnik pokarmowy (g) | 23,92 |
| Sól (g) | 6,65 |