



ŚNIADANIE			II ŚNIADANIE			OBIAD			PODWIECZOREK			KOLACJA		
Indeks	Nazwa Potrawy (Produktu)	Norma	Indeks	Nazwa Potrawy (Produktu)	Norma	Indeks	Nazwa Potrawy (Produktu)	Norma	Indeks	Nazwa Potrawy (Produktu)	Norma	Indeks	Nazwa Potrawy (Produktu)	Norma
08064	Twaróg z ml.mp (porcja)					01168	Grysikowa lekk.got. (porcja)		0304	Paluszki solone	1op	1324	Poledwica wędz.	40 g
	Ser twarog.	50 g					Marchew	50 g				010981	Płatki jęczmienne na mleku got.	
	Mleko 2%	20 g					Selery	20 g					Mleko	300 g
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.						Pietruszka	20 g					Płatki jęczmienne	30 g
	Mleko	300 g					Ziemniaki	150 g				13103	Herbata,bułka 5.masło (g)	
	Płatki jęczmienne	30 g					Kasza manna	25 g					Herbata	2 g
13232	Kawa ml,bułka 5.masło (porcja)						Sól	10 g					Cukier	20 g
	Kawa inka	3 g					Jarzynka	2 g					Bułka 50 g	1sz
	Cukier	20 g				2106	Bitek drobiowy got. w sosie jarz. (porcj						Masło	10 g
	Mleko 2%	300 g					Filet kurczaka	80 g						
	Bułka 50 g	1 s					Marchew	30 g						
	Masło	10 g					Mleko	40 g						
							Pietruszka	30 g						
							Selery	30 g						
							Mąka pszenna	20 g						
							Margaryna zw.	5 g						
						09141	Ziemniaki got. (g)							
							Ziemniaki	300 g						
							Mleko	15 g						
						09149	Marchewka got.opr. (g)							
							Margaryna	5 g						
							Marchew	180 g						
							Cukier	5 g						
							Mąka pszenna	5 g						
						13220	Kompot z jabłek got. (porcja)							
							Jabłka	80 g						
							Cukier	20 g						
	Wartość kaloryczna	_____ [cal]		Wartość kaloryczna	_____ [cal]		Wartość kaloryczna:	_____ [cal]		Wartość kaloryczna:	_____ [cal]		Wartość kaloryczna:	_____ [cal]
	Wartość zestawu:	_____ [zł]		Wartość zestawu:	_____ [zł]		Wartość zestawu:	_____ [zł]		Wartość zestawu:	_____ [zł]		Wartość zestawu:	_____ [zł]

Wartość Energetyczna		Tłuszcze	Kwasy Tłuszcz. Nasycone	Węglowodany	Cukry	Białka	Sól	Sód	Błonnik	Cholesterol
[kJ]	[kcal]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[mg]	[g]	[mg]
12595.00	3007.00	42.79	18.23	524.60	143.87	102.68	17.90	1029.65	77.66	196.50

POSILEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Mleko Gluten
II Śniadanie	
Obiad	Mleko Seler Gluten
Podwieczorek	Gluten
Kolacja	Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten

DIETETYK

.....
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....