



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
1209	Poledwica drobiowa	60 g	010981	Płatki jęczmienne na mleku got.		01038	Jarzynowa lekk.got. (porcja)		16027	Podwieczorek (j) (porcja)		1333	Ogonówka	60 g
3628	Pomidory	50 g		Mleko	300 g		Konc.pomidor.30%	10g		Jaja	1s	3635	Salata lodowa	50 g
1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)			Płatki jęczmienne	30 g		Marchew	80g		Masło roślinne	10g	1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)	
	Herbata	2 g					Mąka pszenna	10g		Chleb krojony	50g		Herbata	2g
	Masło roślinne	10 g					Pietruszka	30g					Masło roślinne	10g
	Chleb krojony	100 g					Selery	30g					Chleb krojony	100g
							Mleko	40g						
							Ziemniaki	150g						
							Sól	10g						
							Jarzynka	2g						
						2105	Bitek schabowy got.w sosie jarz.							
							Marchew	30g						
							Mleko	40g						
							Mąka pszenna	20g						
							Pietruszka	30g						
							Selery	30g						
							Schab b/k	80g						
						09157	Surówka z warzyw miesz. b/c (porcja)							
							Marchew	100g						
							Pietruszka	40g						
							Selery	40g						
							Jabłka	30g						
							Śmietana 18%	20g						
							Majonez	20g						
						09141	Ziemniaki got. (g)							
							Ziemniaki	300g						
							Mleko	15g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got. (g)							
							Jabłka	80g						
	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]
10321.00	2462.00	59.27	19.20	352.07	57.03	112.35	16.78	794.80	64.75	423.40

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

DIETETYK

.....
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....