



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)					01149	Żurek z jajkiem lekk.got (ml)		6302	Sok warz. owoc.	1s	1209	Poładwica drobiowa	40 g
	Ser twarog.	50 g					Jaja	0,5s				010981	Płatki jęczmienne na mleku got.	
	Mleko 2%	20 g					Marchew	50g					Mleko	300 g
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.						Pietruszka	20g					Płatki jęczmienne	30 g
	Mleko	300 g					Selery	20g				13103	Herbata,bułka 5.masło (g)	
	Płatki jęczmienne	30 g					Mleko	40g					Herbata	2g
13232	Kawa ml,bułka 5.masło (porcja)						Mąka pszenna	10g					Cukier	20g
	Kawa inka	3 g					Ziemniaki	150g					Bułka 50 g	1 sz
	Cukier	20g					Barsz biały	10g					Masło	10g
	Mleko 2%	300 g					S ó l	10g						
	Bułka 50 g	1 s					Jarzyńka	2g						
	Masło	10 g				10111	Risotto got. z mięsa i warzyw (porcja)							
							Ryż	80g						
							Margaryna	20g						
							Marchew	80g						
							Pietruszka	40g						
							Selery	40g						
							Łopátka wieprzowa	50g						
						09149	Marchewka got.opr. (g)							
							Margaryna	5g						
							Marchew	180g						
							Cukier	5g						
							Mąka pszenna	5g						
						13220	Kompot z jabłek got. (porcja)							
							Jabłka	80g						
							Cukier	20g						
						018	Bułka 50 g	1 sz						
	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]
13014.00	3108.00	57.82	23.66	504.92	161.93	115.13	16.69	1055.85	78.47	251.90

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

DIETETYK

.....
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....