



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
08061	Twaróg z ml. (porcja)					01166	Solferino lekk. got. (porcja)		3310	Pierniki	50g	1209	Poładwica drobiowa	60g
	Ser twarog.	100g					Marchew	50g				010981	Płatki jęczmienne na mleku got.	
	Mleko 2%	40g					Selery	20g					Mleko	300g
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.						Pietruszka	20g				13103	Płatki jęczmienne	30g
	Mleko	300g					Mleko 2%	20g					Herbata, bułka 5.masło (g)	
	Płatki jęczmienne	30g					Ziemniaki	150g					Herbata	2g
13103	Herbata, bułka 5.masło (g)						Mąka pszenna	10g					Cukier	20g
	Herbata	2g					Sól	10g					Bułka 50g	1sz
	Cukier	20g					Konc.pomidor.30%	20g					Masło	10g
	Bułka 50g	1s					Jarzyńka	2g						
	Masło	10g				09141	Ziemniaki got. (g)							
							Ziemniaki	300g						
							Mleko	15g						
						2105	Bitek schabowy got.w sosie jarz.							
							Marchew	30g						
							Mleko	40g						
							Mąka pszenna	20g						
							Pietruszka	30g						
							Selery	30g						
							Schab b/k	80g						
						09062	Jarzyńki got.opr. (g)							
							Margaryna	7g						
							Marchew	80g						
							Mąka pszenna	5g						
							Pietruszka	50g						
							Selery	50g						
						13220	Kompot z jabłek got. (porcja)							
							Jabłka	80g						
							Cukier	20g						
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 ]
10827.00	2584.00	35.75	15.89	425.11	129.24	116.24	15.46	975.17	69.80	210.70

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

DIETETYK

.....  
BEATA WYDRA-WERESKA