



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	40 g				01171	Selerowa lekk. z grzankami got.		254	Serek homogenizowany	1sz	1624	Szynka kanapkowa	60 g
08064	Twaróg z ml.mp (porcja)						Selery	100g				13103	Herbata,bułka 5.masło (g)	
	Ser twarog.	50 g					Ziemniaki	150g					Herbata	2g
	Mleko 2%	20 g					Mleko 2%	40g					Cukier	20g
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.						Mąka pszenna	10g					Bułka 50 g	1sz
	Mleko	300 g					Marchew	30g				010981	Płatki jęczmienne na mleku got.	
	Płatki jęczmienne	30 g					Pietruszka	30g					Mleko	300 g
13103	Herbata,bułka 5.masło (g)						S ó l	10g					Płatki jęczmienne	30g
	Herbata	2 g					Jarzyńska	2g						
	Cukier	20 g					Bułka 50 g	1sz						
	Bułka 50 g	1 s				2105	Bitek schabowy got.w sosie jarz.							
	Masło	10 g					Marchew	30g						
							Mleko	40g						
							Mąka pszenna	20g						
							Pietruszka	30g						
							Selery	30g						
							Schab b/k	80g						
						09141	Ziemniaki got. (g)							
							Ziemniaki	300g						
							Mleko	15g						
						09009	Buraczki got.opr. (porcja)							
							Buraki	150g						
							Margaryna	7g						
							Cukier	7g						
							Mąka pszenna	7g						
						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]
12004.00	2865.00	36.53	15.65	486.75	126.58	121.03	16.83	1097.55	63.98	320.06

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

DIETETYK

.....
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....