



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	
1324	Poledwica wędz.	60 g	01073	Manna na mleku got.		01171	Selerowa lekk. z grzankami got.		16026	Podwieczorek (sz)		08063	Salatka jajeczna z ryżem gotowanym		
22223	Masło roślinne	10 g		Mleko	300 g		Selery	100 g		Szynka gotowana	50 g		Jajka	1 s	
021	Chleb krojony	100 g		Kasza manna	30 g		Ziemniaki	150 g		Masło roślinne	10 g		Majonez	20 g	
3635	Salata lodowa	50 g					Mleko 2%	40 g		Chleb krojony	50 g		Margaryna zw.	5 g	
13103	Herbata b/c got.						Mąka pszenna	10 g		Chleb krojony			Szynka kanapkowa	30 g	
	Herbata	2 g					Bułka	50 g		Herbata b/c got.			Ryż	25 g	
							Marchew	30 g		Herbata			Masło roślinne	10 g	
							Pietruszka	30 g					021	Chleb krojony	100 g
							Sól	5 g					3628	Pomidory	50 g
							Jarzyńska	1 g					13103	Herbata b/c got.	
							Kurczak got. w sosie jarzynowym							Herbata	2 g
							Kurczak	200 g							
							Marchew	30 g							
							Pietruszka	30 g							
							Selery	30 g							
							Mąka pszenna	20 g							
							Mleko 2%	40 g							
							Margaryna zw.	5 g							
							Ziemniaki b/t got.								
							Ziemniaki	300 g							
							Mleko	15 g							
							Surówka z marchewki i jabłka b/c								
							Marchew	150 g							
							Śmietana 18%	20 g							
							Majonez	20 g							
							Jabłka	60 g							
							Kompot z jabłek b/c got.								
							Jabłka	80 g							
Wartość kaloryczna 1 735 [kJ]			Wartość kaloryczna 1 086 [kJ]			Wartość kaloryczna: 5 226 [kJ]			Wartość kaloryczna: 1 089 [kJ]			Wartość kaloryczna: 3 252 [kJ]			
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 ]	[ mg ]	[ g ]	[ mg ]	
12388.00	2749.00	64.81	21.22	387.27	97.68	56.87	11.67	852.25	61.54	462.00

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

Dietetyk

.....  
WYDRA-WERESKA Beata

.....

.....

.....

.....