



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. Ser twarog. Mleko 2%	100 g 40 g				01030	Krupnik jęczm. lekk.got. Ziemniaki Marchew Pietruszka Seler Kasza jęczm. Sól Jarzynka	150 g 50 g 20 g 20 g 25 g 10 g 2 g	3309	Wafelki	1sz	1343	Szynka gotowana	60 g
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. Mleko Płatki jęczmienne	300 g 30 g										010981	Płatki jęczmienne na mleku got. Mleko Płatki jęczmienne	300 g 30 g
13232	Kawa ml, bułka 5.masło Kawa inka Cukier Mleko 2% Bułka 50 g Masło	3 g 20 g 300 g 1 s 10 g				06033	Kurczak got. w sosie jarzynowym Kurczak Marchew Pietruszka Seler Mąka pszenna Mleko 2% Margaryna zw.	200 g 30 g 30 g 30 g 20 g 40 g 5 g				13103	Herbata, bułka 5.masło Herbata Cukier Bułka 50 g Masło	2 g 20 g 1sz 10 g
						09141	Ziemniaki got. Ziemniaki Mleko	300 g 15 g						
						13220	Kompot z jabłek got. Jabłka Cukier	80 g 20 g						
Wartość kaloryczna 4 248 [kJ] Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość kaloryczna _____ [kJ] Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość kaloryczna: 4 185 [kJ] Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość kaloryczna: _____ [kJ] Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość kaloryczna: 3 228 [kJ] 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]
11661.00	2576.00	37.29	18.08	427.67	100.80	132.10	15.28	915.20	72.74	232.30

POSILEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Mleko 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

.....

.....

.....

.....