



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
1345	Kurczak faszerowany	60 g	01098	Płatki owsiane na mleku got.		01166	Solferino lekk. got.		16027	Podwieczorek (j)		1324	Poładwica wędz.	60 g
3635	Salata lodowa	50 g		Mleko	400 g		Marchew	50 g		Jaja	1s	3628	Pomidory	50 g
1710	Herbata b/c, chleb, mr			Płatki owsiane	30 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10g	1710	Herbata b/c, chleb, mr	
	Herbata	2 g					Pietruszka	20 g		Chleb krojony	50g		Herbata	2 g
	Masło roślinne	10 g					Mleko 2%	20 g					Masło roślinne	10 g
	Chleb krojony	100 g					Ziemniaki	150 g					Chleb krojony	100 g
							Mąka pszenna	10 g						
							Sól	10 g						
							Konc.pomidor.30%	20 g						
							Jarzyńka	2 g						
						2105	Bitek schabowy got.w sosie jarz.							
							Marchew	30 g						
							Mleko	40 g						
							Mąka pszenna	20 g						
							Pietruszka	30 g						
							Selery	30 g						
							Schab b/k	80 g						
						09141	Ziemniaki got.							
							Ziemniaki	300 g						
							Mleko	15 g						
						09126	Surówka z marchewki i jabłka b/c							
							Marchew	150 g						
							Śmietana 18%	20 g						
							Majonez	20 g						
							Jabłka	60 g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got.							
							Jabłka	80 g						
	Wartość kaloryczna	1 918 [kJ]		Wartość kaloryczna	1 332 [kJ]		Wartość kaloryczna:	4 316 [kJ]		Wartość kaloryczna:	1 423 [kJ]		Wartość kaloryczna:	1 742 [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]	[g]	[mg]	[g]	[mg]
10731.00	2555.00	68.28	20.11	352.58	114.52	62.09	15.18	683.20	68.29	392.80

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

DIETETYK

.....
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....