

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	60 g				01038	Jarzynowa lekk.got. (porcja)		0304	Paluszki solone	1op	1624	Szynka kanapkowa	60 g
3635	Salata lodowa	50 g					Konc.pomidor.30%	10g				010981	Płatki jęczmienne na mleku got.	
13232	Kawa ml, bułka 5, masło (porcja)						Marchew	80g					Mleko	300 g
	Kawa inka	3 g					Mąka pszenna	10g				13103	Płatki jęczmienne	30 g
	Cukier	20 g					Pietruszka	30g					Herbata, bułka 5.masło (g)	
	Mleko 2%	300 g					Selery	30g					Herbata	2g
	Bułka 50 g	1 s					Mleko	40g					Cukier	20g
	Masło	10 g					Ziemniaki	150g					Bułka 50 g	1sz
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.						S ó l	10g					Masło	10g
	Mleko	300 g					Jarzynka	2g						
	Płatki jęczmienne	30 g				03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym (g)							
							Łopatka wieprzowa	80g						
							Jaja	0,1s						
							Mąka pszenna	30g						
							Margaryna zw.	5g						
							Marchew	30g						
							Pietruszka	30g						
							Selery	30g						
							Mleko 2%	40g						
							Bułka 100g	0,2sz						
						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]
13513.00	3226.00	51.67	21.12	531.62	140.45	127.36	19.25	1088.65	80.76	266.26

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

DIETETYK

.....
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....