



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
201	Jaja	2 s	010981	Płatki jęczmienne na mleku got.		01168	Zupa grysikowa lekk.got.		16026	Podwieczorek (sz)		1209	Poledwica drobiowa	60 g
22223	Masło roślinne	10 g		Mleko	300 g		Marchew	50 g		Szynka gotowana	50 g	22223	Masło roślinne	10 g
027	Chleb graham	100 g		Płatki jęczmienne	30 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g	021	Chleb krojony	100 g
3628	Pomidory	50 g					Pietruszka	20 g		Chleb krojony	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
3635	Salata lodowa	20 g					Ziemniaki	150 g				13103	Herbata b/c got.	
13103	Herbata b/c got.						Kasza manna	25 g					Herbata	2 g
	Herbata	2 g					Sól	10 g						
							Jarzynka	2 g						
						06104	Gulasz drobiowy got							
							Kurczak ćwiartka	150 g						
							Mleko 2%	40 g						
							Marchew	20 g						
							Pietruszka	20 g						
							Selery	20 g						
							Margaryna zw.	5 g						
							Mąka pszenna	10 g						
						09141	Ziemniaki b/t got.							
							Ziemniaki	300 g						
							Mleko	15 g						
						09061	Marchewka got. z wody b/c							
							Margaryna	5 g						
							Marchew	150 g						
							Bulka tarta	5 g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got.							
							Jabłka	80 g						
Wartość kaloryczna 2 501 [kJ]			Wartość kaloryczna 1 111 [kJ]			Wartość kaloryczna: 3 881 [kJ]			Wartość kaloryczna: 1 089 [kJ]			Wartość kaloryczna: 1 654 [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]
10236.00	2439.00	67.61	20.42	336.86	100.48	45.20	16.78	715.20	60.08	358.80

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

Dietetyk

.....
WYDRA-WERESKA Beata

.....

.....

.....

.....