



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
1336	Szynka mielona	60 g	010981	Płatki jęczmienne na mleku got.		01174	Ziemniaczana czysta lekk.got.		16025	Podwieczorek(k.sz)		1324	Poładwica wędz.	60 g
3628	Pomidory	50 g		Mleko	300 g		Ziemniaki	150 g		Kielbasa szynkowa	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
1710	Herbata b/c, chleb, mr			Płatki jęczmienne	30 g		Marchew	50 g		Chleb krojony	50 g	1710	Herbata b/c, chleb, mr	
	Herbata	2 g					Selery	20 g		Masło roślinne	10 g		Herbata	2 g
	Masło roślinne	10 g					Pietruszka	20 g					Masło roślinne	10 g
	Chleb krojony	100 g					S ó l	10 g					Chleb krojony	100 g
							Jarzyńka	2 g						
						2106	Bitek drobiowy got. w sosie jarz.							
							Filet kurczaka	80 g						
							Marchew	30 g						
							Mleko	40 g						
							Pietruszka	30 g						
							Selery	30 g						
							Mąka pszenna	20 g						
							Margaryna zw.	5 g						
						10020	Kasza jęczm. got.na sypko							
							Kasza jęczm.	80 g						
							Margaryna	5 g						
						09061	Marchewka got. z wody b/c							
							Margaryna	5 g						
							Marchew	150 g						
							Bułka tarta	5 g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got.							
							Jabłka	80 g						
Wartość kaloryczna		1 677 [kJ]	Wartość kaloryczna		1 111 [kJ]	Wartość kaloryczna:		3 148 [kJ]	Wartość kaloryczna:		1 071 [kJ]	Wartość kaloryczna:		1 735 [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 ]
8742.00	2086.00	54.81	16.68	330.76	75.84	45.40	17.33	858.70	41.09	347.70

POSILEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Gorczyca Jajka Mleko Seler 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

.....  
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....