



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	010981	Płatki jęczmienne na mleku got. Mleko Płatki jęczmienne	300 g 30 g	02109	Ziemn. z ziel. groszkiem lekk.got. Groszek kons. Ziemiaki Mleko 2%	20 g 150 g 40 g	1028	Podwieczorek (sz.dr) Szynka drobiowa Masło roślinne Chleb krojony	50 g 10 g 50 g	1315	Kielbasa szynkowa	60 g	
3628	Pomidory	50 g					Mąka pszenna Marchew Selery Pietruszka Sól Jarzynka	10 g 50 g 20 g 20 g 10 g 2 g				3635	Salata lodowa	50 g	
13223	Herb.b/c,chleb ,masło r. Chleb krojony Masło roślinne Herbata	100 g 10 g 2 g				021	Chleb krojony	50 g				13223	Herb.b/c,chleb ,masło r. Chleb krojony Masło roślinne Herbata	100 g 10 g 2 g	
						10123	Makaron nitki got. z mięsem Makaron nitka Marchew Pietruszka Selery Margaryna zw. Łopátka wieprzowa	80 g 20 g 20 g 20 g 10 g 80 g							
						13219	Kompót z jabłek b/c got. Jabłka	80 g							
Wartość kaloryczna 2 059 [kJ] Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość kaloryczna 1 111 [kJ] Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość kaloryczna: 3 839 [kJ] Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość kaloryczna: 1 085 [kJ] Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość kaloryczna: 1 695 [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 ]
9789.00	2323.00	63.78	20.63	341.18	109.16	42.27	16.58	838.50	50.14	347.80

POSILEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Mleko 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