



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	01073	Manna na mleku got.		0156	Ziemniaczana z makronem l.got.		16026	Podwieczorek (sz)		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
3628	Pomidory	50 g		Mleko	300 g		Marchew	50 g		Szynka gotowana	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
3635	Salata lodowa	20 g		Kasza manna	30 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g	13223	Herb.b/c,chleb ,masło r.	
13223	Herb.b/c,chleb ,masło r.						Pietruszka	20 g		Chleb krojony	50 g		Chleb krojony	100 g
	Chleb krojony	100 g					Mleko 2%	40 g					Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g					Mąka pszenna	10 g					Herbata	2 g
	Herbata	2 g					Ziemniaki	150 g						
							Makaron nitka	25 g						
							Sól	10 g						
							Jarzyńka	2 g						
						02021	Gulasz wieprz.got.							
							Łopatką wieprzowa	80 g						
							Margaryna	5 g						
							Mleko	40 g						
							Mąka pszenna	10 g						
							Pietruszka	20 g						
							Selery	20 g						
							Marchew	20 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 2 604 [kJ]			Wartość kaloryczna 1 086 [kJ]			Wartość kaloryczna: 4 031 [kJ]			Wartość kaloryczna: 1 089 [kJ]			Wartość kaloryczna: 1 695 [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]
10505.00	2504.00	76.82	23.96	352.15	115.92	47.61	16.49	990.10	68.97	349.20

POSIŁEK	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

.....

.....

.....

.....