



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
3801	Dżem truskawkowy	60 g				01179	Ziemniaczana czysta z mak. lek.got.		6302	Sok warz. owoc.	1s	08061	Twaróg z ml. (porcja)	
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)						Marchew	50g					Ser twarog.	100g
	Mleko	400 g					Pietruszka	20g					Mleko 2%	40g
	Płatki owsiane	30 g					Selery	20g				01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)	
13103	Herbata,bułka 5.masło (g)						Ziemniaki	150g					Mleko	400g
	Herbata	2 g					Makaron nitka	25g					Płatki owsiane	30g
	Cukier	20 g					Jarzynka	2g				13103	Herbata,bułka 5.masło (g)	
	Bułka 50 g	1 s					S ó l	10g					Herbata	2g
	Masło	10g				2106	Bitek drobiowy got. w sosie jarz. (porcj						Cukier	20g
							Filet kurczaka	80g					Bułka 50 g	1sz
							Marchew	30g					Masło	10g
							Mleko	40g						
							Pietruszka	30g						
							Selery	30g						
							Mąka pszenna	20g						
							Margaryna zw.	5g						
						09141	Ziemniaki got. (g)							
							Ziemniaki	300g						
							Mleko	15g						
						09062	Jarzynki got.opr. (g)							
							Margaryna	7g						
							Marchew	80g						
							Mąka pszenna	5g						
							Pietruszka	50g						
							Selery	50g						
						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]
11143.00	2660.00	41.03	17.91	454.31	150.61	94.20	13.60	923.37	78.31	180.10

POSILEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Mleko Gluten
II Śniadanie	
Obiad	Mleko Seler Gluten
Podwieczorek	
Kolacja	Mleko Gluten

DIETETYK

.....
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....