



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
1333	Ogonówka	60 g	01098	Płatki owsiane na mleku got.		01174	Ziemniaczana czysta lekk.got.		16029	Podwieczorek (pol.dr)		1336	Szynka mielona	60 g
3628	Pomidory	50 g		Mleko	400 g		Ziemniaki	150 g		Polędwica drobiowa	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
3635	Salata lodowa	20 g		Płatki owsiane	30 g		Marchew	50 g		Masło roślinne	10 g	13223	Herb.b/c,chleb ,masło r.	
13225	Kawa ml b/c, chleb, masło r.						Selery	20 g		Chleb krojony	50 g		Chleb krojony	100 g
	Chleb krojony	100 g					Pietruszka	20 g		Masło roślinne			Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g					S ó l	10 g		Herbata			Herbata	2 g
	Kawa inka	3 g					Jarzyńka	2 g						
						06033	Kurczak got. w sosie jarzynowym							
							Kurczak	200 g						
							Marchew	30 g						
							Pietruszka	30 g						
							Selery	30 g						
							Mąka pszenna	20 g						
							Mleko 2%	40 g						
							Margaryna zw.	5 g						
						09141	Ziemniaki got.							
							Ziemniaki	300 g						
							Mleko	15 g						
						09062	Jarzyńki got.opr.							
							Margaryna	7 g						
							Marchew	80 g						
							Mąka pszenna	5 g						
							Pietruszka	50 g						
							Selery	50 g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got.							
							Jabłka	80 g						
Wartość kaloryczna 1 802 [kJ]			Wartość kaloryczna 1 332 [kJ]			Wartość kaloryczna: 4 036 [kJ]			Wartość kaloryczna: 1 037 [kJ]			Wartość kaloryczna: 1 670 [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]
9877,00	2146,00	54,76	17,08	338,26	89,84	52,69	16,93	782,37	53,91	384,30

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

.....
WYDRA-WERESKA Beata

.....

.....

.....

.....