



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
1315	Kielbasa szynkowa	60 g	010981	Płatki jęczmienne na mleku got.		01168	Grycikowa lekk.got.		1028	Podwieczorek (sz.dr)		1333	Ogonówka	60 g
1708	Herbata b/c, chleb sł, mr			Mleko	300 g		Marchew	50 g		Szynka drobiowa	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
	Herbata	2 g		Płatki jęczmienne	30 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g	1710	Herbata b/c, chleb, mr	
	Chleb słonecznikowy	100 g					Pietruszka	20 g		Chleb krojony	50 g		Herbata	2 g
	Masło roślinne	10 g					Ziemniaki	150 g					Masło roślinne	10 g
3628	Pomidory	50 g					Kasza manna	25 g					Chleb krojony	100 g
							Sól	10 g						
							Jarzyńka	2 g						
						03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym							
							Łopatka wieprzowa	80 g						
							Jaja	0,1 s						
							Mąka pszenna	30 g						
							Margaryna zw.	5 g						
							Marchew	30 g						
							Pietruszka	30 g						
							Selery	30 g						
							Mleko 2%	40 g						
							Bułka 100g	0,2 sz						
						09141	Ziemniaki got.							
							Ziemniaki	300 g						
							Mleko	15 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 1 639 [kJ]			Wartość kaloryczna 1 111 [kJ]			Wartość kaloryczna: 4 302 [kJ]			Wartość kaloryczna: 1 085 [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]
9872.00	2352.00	63.38	18.93	358.61	104.56	47.76	17.20	1511.10	51.98	300.20

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

.....

.....

.....

.....