



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	01073	Manna na mleku got. (porcja)		01166	Solferino lekk. got. (porcja)		16026	Podwieczorek (sz) (porcja)		08062	Twaróg ze szczypiorkiem i rzodkiewką	
3635	Salata iodowa	50 g		Mleko	300 g		Marchew	50 g		Szynka gotowana	50 g		Ser twarog.	100 g
1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)			Kasza manna	30 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g		Mleko 2%	40 g
	Herbata	2 g					Pietruszka	20 g		Chleb krojony	50 g		Szczypiork	5 g
	Masło roślinne	10 g					Mleko 2%	20 g				1710	Rzodkiewka	10 g
	Chleb krojony	100 g					Ziemniaki	150 g					Herbata b/c, chleb, mr (porcja)	
							Mąka pszenna	10 g					Herbata	2 g
							Sól	10 g					Masło roślinne	10 g
							Konc.pomidor.30%	20 g					Chleb krojony	100 g
							Jarzyńka	2 g						
						06033	Kurczak got. w sosie jarzynowym (g)							
							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. (g)							
							Ziemniaki	300 g						
							Mleko	15 g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got. (g)							
							Jabłka	80 g						
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]
9679.00	2311.00	51.84	17.10	330.31	46.96	90.77	15.46	906.95	48.59	322.90

POSIŁEK	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	Mleko Gluten

DIETETYK

.....
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....