



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	40 g				01166	Solferino lekk. got. (porcja)		3307	Herbatniki	50g	08064	Twaróg z ml.mp (porcja)	
13103	Herbata,bułka 5.masło (g)						Marchew	50g					Ser twarog.	50g
	Herbata	2 g					Selery	20g					Mleko 2%	20g
	Cukier	20 g					Pietruszka	20g				01073	Manna na mleku got. (porcja)	
	Bułka 50 g	1 s					Mleko 2%	20g					Mleko	300g
	Masło	10 g					Ziemniaki	150g					Kasza manna	30g
01073	Manna na mleku got. (porcja)						Mąka pszenna	10g				13103	Herbata,bułka 5.masło (g)	
	Mleko	300 g					S ó l	10g					Herbata	2g
	Kasza manna	30 g					Konc.pomidor.30%	20g					Cukier	20g
							Jarzyńka	2g					Bułka 50 g	1 sz
						06033	Kurczak got. w sosie jarzynowym (g)						Masło	10g
							Kurczak	200g						
							Marchew	30g						
							Pietruszka	30g						
							Selery	30g						
							Mąka pszenna	20g						
							Mleko 2%	40g						
							Margaryna zw.	5g						
						09009	Buraczki got.opr. (porcja)							
							Buraki	150g						
							Margaryna	7g						
							Cukier	7g						
							Mąka pszenna	7g						
						13220	Kompot z jabłek got. (porcja)							
							Jabłka	80g						
							Cukier	20g						
						09141	Ziemniaki got. (g)							
							Ziemniaki	300g						
							Mleko	15g						
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]
11928.00	2848.00	38.00	14.62	462.14	141.78	83.17	14.00	1231.75	62.55	183.46

POSILEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten
II Śniadanie	
Obiad	Mleko Seler Gluten
Podwieczorek	Jajka Mleko Sezam Orzechy Orzeszki Soja Gluten
Kolacja	Mleko Gluten

DIETETYK

.....
BEATA WYDRA-WERESKA