



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
1212	Szynka drobiowa	40 g	01098	Płatki owsiane na mleku got.		01166	Solferino lekk. got.		1027	Podwieczorek (o)		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
201	Jaja	1 s		Mleko	400 g		Marchew	50 g		Ogonówka	50 g	22223	Masło roślinne	10 g
22223	Masło roślinne	10 g		Płatki owsiane	30 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g	021	Chleb krojony	100 g
021	Chleb krojony	100 g					Pietruszka	20 g		Chleb krojony	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
3628	Pomidory	50 g					Mleko 2%	20 g				13103	Herbata b/c got.	
3635	Salata lodowa	20 g					Ziemniaki	150 g					Herbata	2 g
17016	Kawa mleczna b/c got.						Mąka pszenna	10 g						
	Kawa inka	3 g					Sól	10 g						
	Mleko	300 g					Konc.pomidor.30%	20 g						
							Jarzynka	2 g						
						02021	Gulasz wieprz.got.							
							Łopatką wieprzowa	80 g						
							Margaryna	5 g						
							Mleko	40 g						
							Mąka pszenna	10 g						
							Pietruszka	20 g						
							Selery	20 g						
							Marchew	20 g						
						09141	Ziemniaki b/t got.							
							Ziemniaki	300 g						
							Mleko	15 g						
						09126	Surówka z marchewki i jabłka b/c							
							Marchew	150 g						
							Śmietana 18%	20 g						
							Majonez	20 g						
							Jabłka	60 g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got.							
							Jabłka	80 g						
Wartość kaloryczna 2 903 [kJ]			Wartość kaloryczna 1 332 [kJ]			Wartość kaloryczna: 4 350 [kJ]			Wartość kaloryczna: 1 105 [kJ]			Wartość kaloryczna: 1 695 [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]	[mg]	[g]	[mg]
11385.00	2714.00	78.71	27.23	356.02	123.37	75.67	17.18	952.40	82.56

POSILEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten
II Śniadanie	Mleko Gluten
Obiad	Jajka Mleko Seler Gluten
Podwieczorek	Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten
Kolacja	Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten

Dietetyk

.....
WYDRA-WERESKA Beata

.....

.....

.....

.....