



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
1624	Szynka kanapkowa	60 g	01098	Płatki owsiane na mleku got.		01038	Jarzynowa lekk.got.		16029	Podwieczorek (pol.dr)		08063	Salatka jajeczna z ryżem gotowanym	
021	Chleb krojony	100 g		Mleko	400 g		Konc.pomidor.30%	10g		Polędwica drobiowa	50g		Jaja	1 s
22223	Masło roślinne	10 g		Płatki owsiane	30 g		Marchew	80g		Masło roślinne	10g		Majonez	20g
3628	Pomidory	50 g					Mąka pszenna	10g		Chleb krojony	50g		Margaryna zw.	5g
13103	Herbata b/c got.						Pietruszka	30g					Szynka kanapkowa	30g
	Herbata	2 g					Selery	30g					Ryż	25g
							Mleko	40g				021	Chleb krojony	100g
							Ziemniaki	150g				22223	Masło roślinne	10g
							Sól	5g				3635	Salata lodowa	50g
							Jarzynka	1g				13103	Herbata b/c got.	
						02021	Gulasz wieprz.got.						Herbata	2g
							Łopatką wieprzowa	80g						
							Margaryna	5g						
							Mleko	40g						
							Mąka pszenna	10g						
							Pietruszka	20g						
							Selery	20g						
							Marchew	20g						
						09141	Ziemniaki b/t got.							
							Ziemniaki	300g						
							Mleko	15g						
						09143	Buraki got.z jabłkami b/c							
							Jabłka	40g						
							Olej jadalny	7g						
							Buraki	150g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got.							
							Jabłka	80g						
Wartość kaloryczna 1 724 [kJ]			Wartość kaloryczna 1 332 [kJ]			Wartość kaloryczna: 3 859 [kJ]			Wartość kaloryczna: 1 037 [kJ]			Wartość kaloryczna: 3 245 [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 ]
11197.00	2626.00	76.97	23.02	359.14	113.87	52.62	11.60	748.99	62.55	405.20

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

.....  
WYDRA-WERESKA Beata

.....

.....

.....

.....