



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
08062	Twaróg ze szczypiorkiem i rzodkiewką Ser twarog. Mleko 2% Szczypior Rzodkiewka	100 g 40 g 5 g 10 g	010981	Płatki jęczmienne na mleku got. Mleko Płatki jęczmienne	300 g 30 g	02109	Ziemn. z ziel. groszkiem lekk.got. Groszek kons. Ziemniaki Mleko 2% Mąka pszenna Marchew Selery Pietruszka S ó l Jarzynka	20 g 150 g 40 g 10 g 50 g 20 g 20 g 10 g 2 g	16028	Podwieczorek (pol) Polędwica wędz. Masło roślinne Chleb krojony	50 g 10 g 50 g	1343	Szynka gotowana	60 g
021	Chleb krojony	100 g				10123	Makaron nitki got. z mięsem Makaron nitka Marchew Pietruszka Selery Margaryna zw. Łopatką wieprzowa	80 g 20 g 20 g 20 g 10 g 80 g				22223	Masło roślinne	10 g
22223	Masło roślinne	10 g				13219	Kompot z jabłek b/c got. Jabłka	80 g				021	Chleb krojony	100 g
3628	Pomidory	50 g										3635	Salata lodowa	50 g
13103	Herbata b/c got. Herbata	2 g										13103	Herbata b/c got. Herbata	2 g
Wartość kaloryczna 2 074 [kJ] Wartość zestawu: _____ [ zł ]			Wartość kaloryczna 1 111 [kJ] Wartość zestawu: _____ [ zł ]			Wartość kaloryczna: 3 295 [kJ] Wartość zestawu: _____ [ zł ]			Wartość kaloryczna: 1 105 [kJ] Wartość zestawu: _____ [ zł ]			Wartość kaloryczna: 1 717 [kJ] 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 ]
9302.00	2207.00	61.85	20.92	315.48	109.67	42.04	15.77	650.65	49.68	360.10

POSILEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Mleko 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