



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
1343	Szynka gotowana	40 g	01073	Manna na mleku got.		01171	Selerowa lekk. z grzankami got.		1027	Podwieczorek (o)		1315	Kielbasa szynkowa	60 g
201	Jaja	1 s		Mleko	300 g		Selery	100g		Ogonówka	50g	3635	Salata lodowa	50 g
3628	Pomidory	50 g		Kasza manna	30 g		Ziemniaki	150g		Masło roślinne	10g	1710	Herbata b/c, chleb, mr	
13230	Kawa ml.b/c,chleb,mr						Mleko 2%	40g		Chleb krojony	50g		Herbata	2g
	Kawa inka	3 g					Mąka pszenna	10g					Masło roślinne	10g
	Mleko 2%	300 g					Marchew	30g					Chleb krojony	100g
	Chleb krojony	100 g					Pietruszka	30g						
	Masło roślinne	10 g					Sól	10g						
							Jarzynka	2g						
							Bułka 50 g	1sz						
						03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym							
							Łopatką wieprzowa	80g						
							Jaja	0,1s						
							Mąka pszenna	30g						
							Margaryna zw.	5g						
							Marchew	30g						
							Pietruszka	30g						
							Selery	30g						
							Mleko 2%	40g						
							Bułka 100g	0,2sz						
						09141	Ziemniaki got.							
							Ziemniaki	300g						
							Mleko	15g						
						09062	Jarzynki got.opr.							
							Margaryna	7g						
							Marchew	80g						
							Mąka pszenna	5g						
							Pietruszka	50g						
							Selery	50g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got.							
							Jabłka	80g						
Wartość kaloryczna		2 892 [kJ]	Wartość kaloryczna		1 086 [kJ]	Wartość kaloryczna:		5 541 [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 ]	[ g ]	[ mg ]	[ g ]	[ mg ]
12319.00	2936.00	78.96	26.26	435.70	134.66	66.82	18.22	1197.37	79.02	418.10

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

DIETETYK

.....  
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....