



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
1209	Poledwica drobiowa	60 g	01073	Manna na mleku got.		01166	Solferino lekk. got.		16026	Podwieczorek (sz)		08063	Salatka jajeczna z ryżem gotowanym	
3628	Pomidory	50 g		Mleko	300 g		Marchew	50 g		Szynka gotowana	50 g		Jaja	1 s
3635	Salata lodowa	20 g		Kasza manna	30 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g		Majonez	20 g
1710	Herbata b/c, chleb, mr						Pietruszka	20 g		Chleb krojony	50 g		Margaryna zw.	5 g
	Herbata	2 g					Mleko 2%	20 g					Szynka kanapkowa	30 g
	Masło roślinne	10 g					Ziemniaki	150 g					Ryż	25 g
	Chleb krojony	100 g					Mąka pszenna	10 g				3635	Salata lodowa	50 g
							Sól	10 g				1710	Herbata b/c, chleb, mr	
							Konc.pomidor.30%	20 g					Herbata	2 g
							Jarzyńka	2 g					Masło roślinne	10 g
						2105	Bitek schabowy got.w sosie jarz.						Chleb krojony	100 g
							Marchew	30 g						
							Mleko	40 g						
							Mąka pszenna	20 g						
							Pietruszka	30 g						
							Selery	30 g						
							Schab b/k	80 g						
						09141	Ziemniaki got.							
							Ziemniaki	300 g						
							Mleko	15 g						
						09143	Buraki got.z jabłkami b/c							
							Jabłka	40 g						
							Olej jadalny	7 g						
							Buraki	150 g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got.							
							Jabłka	80 g						
Wartość kaloryczna		1 675 [kJ]	Wartość kaloryczna		1 086 [kJ]	Wartość kaloryczna:		3 749 [kJ]	Wartość kaloryczna:		1 089 [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]
10844.00	2539.00	65.76	18.70	363.27	112.62	47.06	16.26	881.24	59.80	402.00

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

.....
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....