



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	
08061	Twaróg z ml. Ser twarog. Mleko 2%	100 g 40 g				01038	Jarzynowa lekk. got. Konc.pomidor.30% Marchew Mąka pszenna Pietruszka Selery Mleko Ziemniaki S ó l Jarzynka	10 g 80 g 80 g 10 g 30 g 30 g 40 g 150 g 10 g 2 g	0304	Paluszki solone	1op	1209	Poledwica drobiowa	60 g	
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. Mleko Płatki jęczmienne	300 g 30 g										010981	Płatki jęczmienne na mleku got. Mleko Płatki jęczmienne	300 g 30 g	
13103	Herbata, bułka 5.masło Herbata Cukier Bułka 50 g Masło	2 g 20 g 1 s 10 g										13103	Herbata, bułka 5.masło Herbata Cukier Bułka 50 g Masło	2 g 20 g 1 sz 10 g	
						03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym Łopatka wieprzowa Jaja Mąka pszenna Margaryna zw. Marchew Pietruszka Selery Mleko 2% Bułka 100g	80 g 0,1 s 30 g 5 g 30 g 30 g 30 g 40 g 0,2 sz							
						09141	Ziemniaki got. Ziemniaki Mleko	300 g 15 g							
						09062	Jarzynki got.opr. Margaryna Marchew Mąka pszenna Pietruszka Selery	7 g 80 g 5 g 50 g 50 g							
						13220	Kompot z jabłek got. Jabłka Cukier	80 g 20 g							
Wartość kaloryczna 3 563 [kJ] Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość kaloryczna _____ [kJ] Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość kaloryczna: 4 732 [kJ] Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość kaloryczna: 1 619 [kJ] Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość kaloryczna: 3 165 [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]
13079.00	3117.00	49.15	19.84	517.47	127.48	131.52	18.38	955.97	71.47	210.70

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

DIETETYK

.....
BEATA WYDRA-WERESKA