



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
1212	Szynka drobiowa	40 g				01174	Ziemniaczana czysta lekk.got. (porcja)		3309	Wafelki	1sz	08064	Twaróg z ml.mp (porcja)	
01073	Manna na mleku got. (porcja)						Ziemniaki	150g					Ser twarog.	50g
	Mleko	300 g					Marchew	50g					Mleko 2%	20g
	Kasza manna	30 g					Selery	20g				01073	Manna na mleku got. (porcja)	
13103	Herbata,bulka 5.maslo (g)						Pietruszka	20g					Mleko	300g
	Herbata	2 g					S ó l	10g					Kasza manna	30g
	Cukier	20 g					Jarzyńka	2g				13103	Herbata,bulka 5.maslo (g)	
	Bułka 50 g	1 s				2106	Bitek drobiowy got. w sosie jarz. (porcj)						Herbata	2g
	Masło	10g					Filet kurczaka	80g					Cukier	20g
							Marchew	30g					Bułka 50 g	1sz
							Mleko	40g					Masło	10g
							Pietruszka	30g						
							Selery	30g						
							Mąka pszenna	20g						
							Margaryna zw.	5g						
						09141	Ziemniaki got. (g)							
							Ziemniaki	300g						
							Mleko	15g						
						09062	Jarzyńki got.opr. (g)							
							Margaryna	7g						
							Marchew	80g						
							Mąka pszenna	5g						
							Pietruszka	50g						
							Selery	50g						
						13220	Kompot z jabłek got. (porcja)							
							Jabłka	80g						
							Cukier	20g						
	Wartość kaloryczna	_____ [cal]		Wartość kaloryczna	_____ [cal]		Wartość kaloryczna:	_____ [cal]		Wartość kaloryczna:	_____ [cal]		Wartość kaloryczna:	_____ [cal]
	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 ]
9844.00	2350.00	32.34	13.71	408.96	122.42	79.26	13.97	1057.17	63.46	188.50

POSILEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten
II Śniadanie	
Obiad	Mleko Seler Gluten
Podwieczorek	Jajka Mleko Sezam Orzechy Orzeszki Soja Gluten
Kolacja	Mleko Gluten

DIETETYK

.....  
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....