



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	60 g	01098	Płatki owsiane na mleku got.		01166	Solferino lekk. got.		16030	Podwieczorek(ser top.)		1315	Kielbasa szynkowa	60 g
3628	Pomidory	50 g		Mleko	400 g		Marchew	50 g		Ser topiony 100 g	50g	3635	Salata lodowa	50 g
13230	Kawa ml.b/c, chleb, mr			Płatki owsiane	30 g		Selery	20g		Masło roślinne	10g	1710	Herbata b/c, chleb, mr	
	Kawa inka	3 g					Pietruszka	20g		Chleb krojony	50g		Herbata	2 g
	Mleko 2%	300 g					Mleko 2%	20g					Masło roślinne	10 g
	Chleb krojony	100 g					Ziemniaki	150g					Chleb krojony	100 g
	Masło roślinne	10 g					Mąka pszenna	10g						
							Sól	10g						
							Konc.pomidor.30%	20g						
							Jarzynka	2g						
						07063	Ryba got.w jarzynach							
							Filety rybne	100g						
							Marchew	40g						
							Pietruszka	20g						
							Selery	20g						
						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		2 409 [kJ]	Wartość kaloryczna		1 332 [kJ]	Wartość kaloryczna:		3 051 [kJ]	Wartość kaloryczna:		1 463 [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]
9950.00	2368.00	70.98	27.19	346.19	93.63	69.07	17.24	981.27	68.44	354.00

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

DIETETYK

.....
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....