



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
08064	Twaróg z ml.mp (porcja)					01166	Solferino lekk. got. (porcja)		0304	Paluszki solone	1op	1315	Kielbasa szynkowa	40 g
	Ser twarog.	50 g					Marchew	50 g				13103	Herbata,bułka 5.masło (g)	
	Mleko 2%	20 g					Selery	20g					Herbata	2g
13103	Herbata,bułka 5.masło (g)						Pietruszka	20g					Cukier	20g
	Herbata	2 g					Mleko 2%	20g					Bułka 50 g	1 sz
	Cukier	20 g					Ziemniaki	150g					Masło	10 g
	Bułka 50 g	1 s					Mąka pszenna	10g				010981	Płatki jęczmienne na mleku got.	
	Masło	10 g					S ó l	10g					Mleko	300 g
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.						Konc.pomidor.30%	20g					Płatki jęczmienne	30g
	Mleko	300 g					Jarzynka	2g						
	Płatki jęczmienne	30 g				06033	Kurczak got. w sosie jarzynowym (g)							
							Kurczak	200g						
							Marchew	30g						
							Pietruszka	30g						
							Selery	30g						
							Mąka pszenna	20g						
							Mleko 2%	40g						
							Margaryna zw.	5g						
						09141	Ziemniaki got. (g)							
							Ziemniaki	300g						
							Mleko	15g						
						09150	Marchewka got. z wody (g)							
							Margaryna	5g						
							Marchew	150g						
							Cukier	5g						
							Bułka tarta	5g						
						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]
12596.00	3008.00	37.69	14.79	499.65	131.36	90.81	17.71	1012.80	64.34	186.40

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

DIETETYK

.....
BEATA WYDRA-WERESKA