



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
1315	Kielbasa szynkowa	60 g	01098	Płatki owsiane na mleku got.		01113	Pomidorowa z makaronem lekk.got.		021	Chleb krojony	50g	1343	Szynka gotowana	60 g
021	Chleb krojony	100g		Mleko	400 g		Konc.pomidor.30%	30g	22223	Masło roślinne	10g	22223	Masło roślinne	10g
22223	Masło roślinne	10 g		Płatki owsiane	30 g		Makaron nitka	30g	252	Ser salami	50g	021	Chleb krojony	100g
3628	Pomidory	50 g					Marchew	50g				3635	Salata lodowa	50g
3635	Salata lodowa	20 g					Pietruszka	20g				13103	Herbata b/c got.	
13103	Herbata b/c got.						Selery	20g					Herbata	2g
	Herbata	2 g					Mąka pszenna	10g						
							Mleko 2%	40g						
							S ó l	10g						
							Jarzynka	2g						
						06033	Kurczak got. w sosie jarzynowym							
							Kurczak	200g						
							Marchew	30g						
							Pietruszka	30g						
							Selery	30g						
							Mąka pszenna	20g						
							Mleko 2%	40g						
							Margaryna zw.	5g						
						09141	Ziemniaki b/t got.							
							Ziemniaki	300g						
							Mleko	15g						
						09157	Surówka z warzyw miesz. b/c							
							Marchew	100g						
							Pietruszka	40g						
							Selery	40g						
							Jabłka	30g						
							Śmietana 18%	20g						
							Majonez	20g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got.							
							Jabłka	80g						
Wartość kaloryczna 1 716 [kJ]			Wartość kaloryczna 1 332 [kJ]			Wartość kaloryczna: 4 863 [kJ]			Wartość kaloryczna: 1 493 [kJ]			Wartość kaloryczna: 1 717 [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]
11121.00	2448.00	67.36	25.07	346.00	95.76	62.15	16.73	1398.10	65.89	416.50

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

Dietetyk

.....
WYDRA-WERESKA Beata

.....

.....

.....

.....