



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. (porcja) Ser twarog. Mleko 2%	100 g 40 g	01073	Manna na mleku got. (porcja) Mleko Kasza manna	300 g 30 g	0156	Ziemniaczana z makronem l.got. Marchew Sellery Pietruszka Mleko 2% Mąka pszenna Ziemniaki Makaron nitka S ó l Jarzynka	50 g 20 g 20 g 20 g 40 g 10 g 150 g 25 g 10 g 2 g	16028	Podwieczorek (pol) (porcja) Polędwica wędz. Masło roślinne Chleb krojony	50 g 10 g 50 g	1624	Szynka kanapkowa	60 g	
17011	Herbata, chleb, mr (porcja) Herbata Cukier Chleb krojony Masło roślinne	2 g 20 g 100 g 10 g				02021	Gulasz wieprz. got. (g) Łopatką wieprzowa Margaryna Mleko Mąka pszenna Pietruszka Sellery Marchew	80 g 5 g 40 g 10 g 20 g 20 g 20 g				3635	Sałata lodowa	50 g	
3628	Pomidory	50 g				09141	Ziemniaki got. (g) Ziemniaki Mleko	300 g 15 g				1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja) Herbata Masło roślinne Chleb krojony	2 g 10 g 100 g	
						09061	Marchewka got. z wody b/c (porcja) Margaryna Marchew Bułka tarta	5 g 150 g 5 g							
						13219	Kompot z jabłek b/c got. (g) Jabłka	80 g							
Wartość kaloryczna _____ [cal] Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość kaloryczna _____ [cal] Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość kaloryczna: _____ [cal] Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość kaloryczna: _____ [cal] Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość kaloryczna: _____ [cal] 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 ]
10337.00	2468.00	62.24	21.43	376.54	72.53	113.27	15.78	929.40	55.64	385.00

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

DIETETYK

.....  
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....