



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
3801	Dżem truskawkowy	40 g				01038	Jarzynowa lekk.got. (porcja)		2423	Jogurt owocowy	1sz	1324	Poładwica wędz.	40 g
01073	Manna na mleku got. (porcja)						Konc.pomidor.30%	10g				01073	Manna na mleku got. (porcja)	
	Mleko	300 g					Marchew	80g					Mleko	300 g
	Kasza manna	30 g					Mąka pszenna	10g					Kasza manna	30 g
13103	Herbata,bułka 5.masło (g)						Pietruszka	30g				13103	Herbata,bułka 5.masło (g)	
	Herbata	2 g					Selery	30g					Herbata	2 g
	Cukier	20 g					Mleko	40g					Cukier	20 g
	Bułka 50 g	1 s					Ziemniaki	150g					Bułka 50 g	1 sz
	Masło	10 g					S ó l	10g					Masło	10 g
							Jarzynka	2g						
						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						
						09009	Buraczki got.opr. (porcja)							
							Buraki	150g						
							Margaryna	7g						
							Cukier	7g						
							Mąka pszenna	7g						
						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]
11047.00	2635.00	29.70	12.66	431.21	124.39	72.24	13.57	1103.15	62.85	197.46

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

DIETETYK

.....
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....