



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
1324	Poledwica wędz.	60 g	010981	Płatki jęczmienne na mleku got.		01174	Ziemniaczana czysta lekk.got.		16026	Podwieczorek (sz)		3628	Pomidory	50 g
3635	Salata lodowa	50 g		Mleko	300 g		Ziemniaki	150 g		Szynka gotowana	50 g	08061	Twaróg z ml.	
13230	Kawa ml.b/c,chleb,mr			Płatki jęczmienne	30 g		Marchew	50 g		Masło roślinne	10 g		Ser twarog.	100 g
	Kawa inka	3 g					Selery	20 g		Chleb krojony	50 g	1710	Mleko 2%	40 g
	Mleko 2%	300 g					Pietruszka	20 g					Herbata b/c, chleb, mr	
	Chleb krojony	100 g				2106	S ó l	10 g					Herbata	2 g
	Masło roślinne	10 g					Jarzyńka	2 g					Masło roślinne	10 g
							Bitek drobiowy got. w sosie jarz.						Chleb krojony	100 g
							Filet kurczaka	80 g						
							Marchew	30 g						
							Mleko	40 g						
							Pietruszka	30 g						
							Selery	30 g						
							Mąka pszenna	20 g						
							Margaryna zw.	5 g						
						09141	Ziemniaki got.							
							Ziemniaki	300 g						
							Mleko	15 g						
						09143	Buraki got.z jablkami b/c							
							Jabłka	40 g						
							Olej jadalny	7 g						
							Buraki	150 g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got.							
							Jabłka	80 g						
Wartość kaloryczna		2 420 [kJ]	Wartość kaloryczna		1 111 [kJ]	Wartość kaloryczna:		3 171 [kJ]	Wartość kaloryczna:		1 089 [kJ]	Wartość kaloryczna:		2 059 [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 ]
9850.00	2306.00	64.25	21.24	351.53	101.63	63.22	16.10	695.94	62.04	366.30

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

DIETETYK

.....  
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....