



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	
2541	Ser topiony	50 g	010981	Płatki jęczmienne na mleku got.		01149	Żurek z jajkiem lekk.got (ml)		16028	Podwieczorek (pol) (porcja)		1209	Polędwica drobiowa	60 g	
3628	Pomidory	50 g		Mleko	300 g		Jaja	0,5s		Polędwica wędz.	50g	3635	Salata lodowa	50g	
1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)			Płatki jęczmienne	30 g		Marchew	50g		Masło roślinne	10g	1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)		
	Herbata	2 g					Pietruszka	20g		Chleb krojony	50g		Herbata	2g	
	Masło roślinne	10 g					Selery	20g					Masło roślinne	10g	
	Chleb krojony	100 g					Mleko	40g					Chleb krojony	100g	
							Mąka pszenna	10g							
							Ziemniaki	150g							
							Barsz biały	10g							
							Sól	10g							
							Jarzyńka	2g							
						10111	Risotto got. z mięsa i warzyw (porcja)								
							Ryż	80g							
							Margaryna	20g							
							Marchew	80g							
							Pietruszka	40g							
							Selery	40g							
							Łopatka wieprzowa	50g							
						09126	Surówka z marchewki i jabłka b/c (g)								
							Marchew	150g							
							Śmietana 18%	20g							
							Majonez	20g							
							Jabłka	60g							
						13219	Kompot z jabłek b/c got. (g)								
							Jabłka	80g							
						021	Chleb krojony	50g							
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]
11200.00	2674.00	81.93	30.09	364.66	56.41	100.84	17.95	746.00	49.69	455.40

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

DIETETYK

.....
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....