



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
0307	Drożdżówka	1 s				01166	Solferino lekk. got. (porcja)		0304	Paluszki solone	1op	1343	Szynka gotowana	40 g
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)						Marchew	50 g				01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)	
	Mleko	400 g					Selery	20 g					Mleko	400 g
	Płatki owsiane	30 g					Pietruszka	20 g					Płatki owsiane	30 g
17001	Herbata got. (porcja)						Mleko 2%	20 g				13103	Herbata, bułka 5.masło (g)	
	Cukier	20 g					Ziemniaki	150 g					Herbata	2 g
	Herbata	2 g					Mąka pszenna	10 g					Cukier	20 g
							Sól	10 g					Bułka 50 g	1 sz
							Konc.pomidor.30%	20 g					Masło	10 g
							Jarzyńka	2 g						
						2106	Bitek drobiowy got. w sosie jarz. (porcj)							
							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. (g)							
							Ziemniaki	300 g						
							Mleko	15 g						
						09009	Buraczki got.opr. (porcja)							
							Buraki	150 g						
							Margaryna	7 g						
							Cukier	7 g						
							Mąka pszenna	7 g						
						13220	Kompot z jabłek got. (porcja)							
							Jabłka	80 g						
							Cukier	20 g						
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 ]
12035.00	2874.00	53.73	20.25	499.20	151.13	88.08	15.94	1349.35	70.11	174.26

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

DIETETYK

.....  
BEATA WYDRA-WERESKA