



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. Ser twarog. Mleko 2%	100 g 40 g				01149	Żurek z jajkiem lekk.got Jaja Marchew Pietruszka Selery Mleko Mąka pszenna Ziemniaki Barsz biały S ó l Jarzynka Bułka 50 g	0,5s 50g 50g 20g 20g 40g 10g 150g 10g 10g 10g 2g 1sz	3310	Pierniki	50g	1315	Kielbasa szynkowa	60g
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. Mleko Płatki jęczmienne	300 g 30 g				100481	Makaron nitki got z serem (mar) Makaron Ser twarog. Margaryna	80g 80g 20g				13103	Herbata,bułka 5.masło Herbata Cukier Bułka 50 g Masło	2g 20g 1sz 10g
13103	Herbata,bułka 5.masło Herbata Cukier Bułka 50 g Masło	2 g 20 g 1 s 10 g				13220	Kompot z jabłek got. Jabłka Cukier	80g 20g				010981	Płatki jęczmienne na mleku got. Mleko Płatki jęczmienne	300 g 30g
Wartość kaloryczna 3 563 [kJ] Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość kaloryczna _____ [kJ] Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość kaloryczna: 5 117 [kJ] Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość kaloryczna: _____ [kJ] Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość kaloryczna: 3 206 [kJ] 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 ]
11886,00	2838,00	51,42	21,45	439,66	109,99	115,61	16,04	1065,20	52,64	229,10

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

DIETETYK

.....  
BEATA WYDRA-WERESKA