



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
08064	Twaróg z ml.mp (porcja) Ser twarog. Mleko 2%	50 g 20 g				02109	Ziemn. z ziel. groszkiem lekk.got. (g) Groszek kons. Ziemniaki Mleko 2%	20 g 150 g 40 g	3310	Pierniki	50g	1315	Kielbasa szynkowa	40 g
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. Mleko Płatki jęczmienne	300 g 30 g					Mąka pszenna Marchew Selery Pietruszka S ó l Jarzynka	10 g 50 g 20 g 20 g 10 g 2 g				010981	Płatki jęczmienne na mleku got. Mleko Płatki jęczmienne	300 g 30 g
13103	Herbata,bułka 5.masło (g) Herbata Cukier Bułka 50 g Masło	2 g 20 g 1 s 10 g				10123	Makaron nitki got. z mięsem (g) Makaron nitka Marchew Pietruszka Selery Margaryna zw. Łopatką wieprzowa	80 g 20 g 20 g 20 g 10 g 80 g				13103	Herbata,bułka 5.masło (g) Herbata Cukier Bułka 50 g Masło	2 g 20 g 1 sz 10 g
						13220	Kompot z jabłek got. (porcja) Jabłka Cukier	80 g 20 g						
						018	Bułka 50 g	1 sz						
Wartość kaloryczna _____ [cal] Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość kaloryczna _____ [cal] Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość kaloryczna: _____ [cal] Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość kaloryczna: _____ [cal] Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość kaloryczna: _____ [cal] 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]
11167.00	2670.00	40.26	16.30	441.97	113.15	102.92	15.51	1013.00	61.99	229.10

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

DIETETYK

.....
BEATA WYDRA-WERESKA