



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
252	Ser salami	40 g	01098	Płatki owsiane na mleku got.		0112	Barszcz czerwony lekk.got		1028	Podwieczorek (sz.dr)		1624	Szynka kanapkowa	60 g
1333	Ogonówka	40 g		Mleko	400 g		Buraki	100 g		Szynka drobiowa	50 g	22223	Masło roślinne	10 g
22223	Masło roślinne	10 g		Płatki owsiane	30 g		Marchew	50 g		Masło roślinne	10 g	021	Chleb krojony	100 g
021	Chleb krojony	100 g					Mleko	40 g		Chleb krojony	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
3635	Salata lodowa	50 g					Mąka pszenna	5 g				17001	Herbata got.	
13103	Herbata b/c got. Herbata	2 g					Pietruszka	20 g					Cukier	20 g
							Selery	20 g					Herbata	2 g
							Ziemniaki	150 g						
							Sól	10 g						
							Jarzynka	2 g						
						021	Chleb krojony	50 g						
						10111	Risotto got. z mięsa i warzyw							
							Ryż	80 g						
							Margaryna	20 g						
							Marchew	80 g						
							Pietruszka	40 g						
							Selery	40 g						
							Łopátka wieprzowa	50 g						
						09126	Surówka z marchewki i jabłka b/c							
							Marchew	150 g						
							Śmietana 18%	20 g						
							Majonez	20 g						
							Jabłka	60 g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got.							
							Jabłka	80 g						
Wartość kaloryczna 2 151 [kJ]			Wartość kaloryczna 1 332 [kJ]			Wartość kaloryczna: 5 037 [kJ]			Wartość kaloryczna: 1 085 [kJ]			Wartość kaloryczna: 2 056 [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]
11661.00	2749.00	79.96	28.80	388.94	107.70	79.87	17.72	1179.15	54.37	467.60

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

Dietetyk

.....
WYDRA-WERESKA Beata

.....

.....

.....

.....