



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
1209	Poledwica drobiowa	60 g	01073	Manna na mleku got.		01179	Ziemniaczana czysta z mak. lek.got.		16030	Podwieczorek(ser top.)		1336	Szynka mielona	60 g
3628	Pomidory	50 g		Mleko	300 g		Marchew	50 g		Ser topiony 100 g	50 g	3635	Sałata lodowa	50 g
1710	Herbata b/c, chleb, mr			Kasza manna	30 g		Pietruszka	20 g		Masło roślinne	10 g	1710	Herbata b/c, chleb, mr	
	Herbata	2 g					Selery	20 g		Chleb krojony	50 g		Herbata	2 g
	Masło roślinne	10 g					Ziemniaki	150 g					Masło roślinne	10 g
	Chleb krojony	100 g					Makaron nitka	25 g					Chleb krojony	100 g
							Jarzynka	2 g						
							Sól	10 g						
						02021	Gulasz wieprz.got.							
							Łopatką wieprzowa	80 g						
							Margaryna	5 g						
							Mleko	40 g						
							Mąka pszenna	10 g						
							Pietruszka	20 g						
							Selery	20 g						
							Marchew	20 g						
						09062	Jarzynki got.opr.							
							Margaryna	7 g						
							Marchew	80 g						
							Mąka pszenna	5 g						
							Pietruszka	50 g						
							Selery	50 g						
						09141	Ziemniaki got.							
							Ziemniaki	300 g						
							Mleko	15 g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got.							
							Jabłka	80 g						
Wartość kaloryczna 1 661 [kJ]			Wartość kaloryczna 1 086 [kJ]			Wartość kaloryczna: 3 915 [kJ]			Wartość kaloryczna: 1 463 [kJ]			Wartość kaloryczna: 1 670 [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]
9795.00	2332.00	69.24	25.38	344.79	98.72	46.54	17.19	824.77	51.84	368.40

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

DIETETYK

.....
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....