



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
1333	Ogonówka	60 g				02109	Ziemn. z ziel. groszkiem lekk.got. (g)		2423	Jogurt owocowy	1sz	1324	Poledwica wędz.	60 g
13232	Kawa ml, bułka 5, masło (porcja)						Groszek kons.	20g				01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)	
	Kawa inka	3 g					Ziemiaki	150g					Mleko	400 g
	Cukier	20 g					Mleko 2%	40g					Płatki owsiane	30 g
	Mleko 2%	300 g					Mąka pszenna	10g				13103	Herbata, bułka 5.masło (g)	
	Bułka 50 g	1 s					Marchew	50g					Herbata	2g
	Masło	10 g					Selery	20g					Cukier	20g
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)						Pietruszka	20g					Bułka 50 g	1sz
	Mleko	400 g					Sól	10g					Masło	10g
	Płatki owsiane	30 g				10111	Jarzyńka	2g						
							Risotto got. z mięsa i warzyw (g)							
							Ryż	80g						
							Margaryna	20g						
							Marchew	80g						
							Pietruszka	40g						
							Selery	40g						
							Łopatka wieprzowa	50g						
						09150	Marchewka got. z wody (g)							
							Margaryna	5g						
							Marchew	150g						
							Cukier	5g						
							Bułka tarta	5g						
						13220	Kompot z jabłek got. (porcja)							
							Jabłka	80g						
							Cukier	20g						
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]
12130.00	2898.00	58.88	24.61	437.68	151.09	115.07	15.77	1064.90	83.32	213.40

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

DIETETYK

.....
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....