



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
1324	Poledwica wędz.	40 g				01171	Selerowa lekk. z grzankami got.		3307	Herbatniki	50g	08064	Twaróg z ml.mp (porcja)	
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.						Selery	100g					Ser twarog.	50g
	Mleko	300 g					Ziemniaki	150g					Mleko 2%	20g
	Płatki jęczmienne	30 g					Mleko 2%	40g				010981	Płatki jęczmienne na mleku got.	
13103	Herbata,bułka 5.masło (g)						Mąka pszenna	10g					Mleko	300g
	Herbata	2 g					Marchew	30g					Płatki jęczmienne	30g
	Cukier	20 g					Pietruszka	30g				13103	Herbata,bułka 5.masło (g)	
	Bułka 50 g	1 s					S ó l	10g					Herbata	2g
	Masło	10g					Jarzynka	2g					Cukier	20g
							Bułka 50 g	1sz					Bułka 50 g	1sz
						2106	Bitek drobiowy got. w sosie jarz. (porcj						Masło	10g
							Filet kurczaka	80g						
							Marchew	30g						
							Mleko	40g						
							Pietruszka	30g						
							Selery	30g						
							Mąka pszenna	20g						
							Margaryna zw.	5g						
						09141	Ziemniaki got. (g)							
							Ziemniaki	300g						
							Mleko	15g						
						09149	Marchewka got.opr. (g)							
							Margaryna	5g						
							Marchew	180g						
							Cukier	5g						
							Mąka pszenna	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 ]
12334.00	2944.00	39.73	15.22	526.45	150.34	97.28	16.35	944.55	64.81	260.50

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

DIETETYK

.....  
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....