



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				01030	Krupnik jęczm. lekk.got. (ml)		3307	Herbatniki	50g	08064	Twaróg z ml.mp (porcja)		
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)						Ziemiaki	150g					Ser twarog.	50g	
	Mleko	400 g					Marchew	50g					Mleko 2%	20g	
	Płatki owsiane	30 g					Pietruszka	20g				01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)		
13103	Herbata,bulka 5.masło (g)						Selery	20g					Mleko	400 g	
	Herbata	2 g					Kasza jęczm.	25g					Płatki owsiane	30g	
	Cukier	20 g					S ó l	10g				13103	Herbata,bulka 5.masło (g)		
	Bulka 50 g	1 s					Jarzynka	2g					Herbata	2g	
	Masło	10g				2105	Bitek schabowy got.w sosie jarz.						Cukier	20g	
							Marchew	30g					Bulka 50 g	1 sz	
							Mleko	40g					Masło	10g	
							Mąka pszenna	20g							
							Pietruszka	30g							
							Selery	30g							
							Schab b/k	80g							
						09141	Ziemiaki got. (g)								
							Ziemiaki	300g							
							Mleko	15g							
						13220	Kompot z jabłek got. (porcja)								
							Jabłka	80g							
							Cukier	20g							
						09062	Jarzynki got.opr. (g)								
							Margaryna	7g							
							Marchew	80g							
							Mąka pszenna	5g							
							Pietruszka	50g							
							Selery	50g							
	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 ]
11919.00	2846.00	44.68	17.73	471.81	149.43	112.02	14.50	966.67	75.64	194.10

POSILEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Gorczyca 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

.....

.....

.....

.....