



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	40 g	01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)		01174	Ziemniaczana czysta lekk.got. (porcja)		16028	Podwieczorek (pol) (porcja)		1315	Kielbasa szynkowa	60 g
2542	Ser topiony 22.5 g	1 s		Mleko	400 g		Ziemniaki	150 g		Polędwica wędz.	50g	3635	Salata lodowa	50g
3628	Pomidory	50 g		Płatki owsiane	30 g		Marchew	50g		Masło roślinne	10g	1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)	
1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)						Selery	20g		Chleb krojony	50g		Herbata	2g
	Herbata	2 g					Pietruszka	20g					Masło roślinne	10g
	Masło roślinne	10 g					Sól	10g					Chleb krojony	100g
	Chleb krojony	100 g					Jarzyńka	2g						
						02021	Gulasz wieprz.got. (g)							
							Łopátka wieprzowa	80g						
							Margaryna	5g						
							Mleko	40g						
							Mąka pszenna	10g						
							Pietruszka	20g						
							Selery	20g						
							Marchew	20g						
						10020	Kasza jęczm. got.na sypko (g)							
							Kasza jęczm.	80g						
							Margaryna	5g						
						09126	Surówka z marchewki i jabłka b/c (g)							
							Marchew	150g						
							Śmietana 18%	20g						
							Majonez	20g						
							Jabłka	60g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got. (g)							
							Jabłka	80g						
	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 ]
11118.00	2657.00	90.41	37.01	327.41	56.44	106.09	18.45	935.20	49.68	394.70

POSILEK	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

.....  
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....