



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
08064	Twaróg z ml.mp (porcja)					01174	Ziemniaczana czysta lekk.got. (porcja)		3307	Herbatniki	50g	1343	Szynka gotowana	40g
	Ser twarog.	50g					Ziemniaki	150g				010981	Płatki jęczmienne na mleku got.	
	Mleko 2%	20g					Marchew	50g					Mleko	300g
13103	Herbata,bułka 5.masło (g)						Selery	20g				13103	Płatki jęczmienne	30g
	Herbata	2g					Pietruszka	20g					Herbata,bułka 5.masło (g)	
	Cukier	20g					S ó l	10g					Herbata	2g
	Bułka 50 g	1 s					Jarzyńka	2g					Cukier	20g
	Masło	10g				03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym (g)						Bułka 50 g	1sz
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.						Łopatka wieprzowa	80g					Masło	10g
	Mleko	300g					Jaja	0,1s						
	Płatki jęczmienne	30g					Mąka pszenna	30g						
							Margaryna zw.	5g						
							Marchew	30g						
							Pietruszka	30g						
							Selery	30g						
							Mleko 2%	40g						
							Bułka 100g	0,2sz						
						09141	Ziemniaki got. (g)							
							Ziemniaki	300g						
							Mleko	15g						
						09009	Buraczki got.opr. (porcja)							
							Buraki	180g						
							Margaryna	7g						
							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 ]
11703.00	2795.00	46.15	17.89	464.49	136.62	100.74	15.06	862.57	59.98	217.30

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

DIETETYK

.....  
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....