



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
08062	Twaróg ze szczypiorkiem i rzodkiewką Ser twarog. Mleko 2% Szczypior Rzodkiewka	100 g 40 g 5 g 10 g	010981	Płatki jęczmienne na mleku got. Mleko Płatki jęczmienne	300 g 30 g	01168	Grycikowa lekk.got. (porcja) Marchew Seler Pietruszka Ziemniaki Kasza manna S ó l Jarzynka	50 g 20 g 20 g 20 g 150 g 25 g 10 g 2 g	16026	Podwieczorek (sz) (porcja) Szynka gotowana Masło roślinne Chleb krojony	50 g 10 g 50 g	1212	Szynka drobiowa	60 g
1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja) Herbata Masło roślinne Chleb krojony	2 g 10 g 100 g				02021	Gulasz wieprz.got. (g) Łopatka wieprzowa Margaryna Mleko Mąka pszenna Pietruszka Seler Marchew	80 g 5 g 40 g 10 g 20 g 20 g 20 g				3635	Sałata lodowa	50 g
						09062	Jarzynki got.opr. (g) Margaryna Marchew Mąka pszenna Pietruszka Seler	7 g 80 g 5 g 50 g 50 g				1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja) Herbata Masło roślinne Chleb krojony	2 g 10 g 100 g
						09141	Ziemniaki got. (g) Ziemniaki Mleko	300 g 15 g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got. (g) Jabłka	80 g						
Wartość kaloryczna _____ [cal] Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość kaloryczna _____ [cal] Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość kaloryczna: _____ [cal] Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość kaloryczna: _____ [cal] Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość kaloryczna: _____ [cal] 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 ]
9840.00	2350.00	64.40	21.41	348.28	50.34	109.47	16.39	670.82	50.00	335.50

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

DIETETYK

.....  
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....