



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)					01171	Selerowa lekk. z grzankami got.		3307	Herbatniki	50g	1315	Kielbasa szynkowa	40g
	Ser twarog.	50g					Selery	100g				01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)	
	Mleko 2%	20g					Ziemniaki	150g					Mleko	400g
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)						Mleko 2%	40g				13103	Płatki owsiane	30g
	Mleko	400g					Mąka pszenna	10g					Herbata, bułka 5.masło (g)	
	Płatki owsiane	30g					Marchew	30g					Herbata	2g
13103	Herbata, bułka 5.masło (g)						Pietruszka	30g					Cukier	20g
	Herbata	2g					Sól	10g					Bułka 50g	1sz
	Cukier	20g					Jarzynka	2g					Masło	10g
	Bułka 50g	1s					Bułka 50g	1sz						
	Masło	10g				2105	Bitek schabowy got.w sosie jarz.							
							Marchew	30g						
							Mleko	40g						
							Mąka pszenna	20g						
							Pietruszka	30g						
							Selery	30g						
							Schab b/k	80g						
						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]
13055.00	3117.00	46.19	17.93	529.81	160.06	121.42	15.81	1193.65	78.43	246.50

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

DIETETYK

.....
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....