



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				01174	Ziemniaczana czysta lekk.got. (porcja)		0304	Paluszki solone	1op	1343	Szynka gotowana	40 g
13232	Kawa ml, bułka 5, masło (porcja)						Ziemniaki	150g				010981	Płatki jęczmienne na mleku got.	
	Kawa inka	3 g					Marchew	50g					Mleko	300 g
	Cukier	20 g					Selery	20g					Płatki jęczmienne	30 g
	Mleko 2%	300 g					Pietruszka	20g				13103	Herbata, bułka 5.masło (g)	
	Bułka 50 g	1 s					S ó l	10g					Herbata	2g
	Masło	10 g					Jarzyńka	2g					Cukier	20g
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.					2106	Bitek drobiowy got. w sosie jarz. (porcj)						Bułka 50 g	1 sz
	Mleko	300 g					Filet kurczaka	80g					Masło	10g
	Płatki jęczmienne	30 g					Marchew	30g						
							Mleko	40g						
							Pietruszka	30g						
							Selery	30g						
							Mąka pszenna	20g						
							Margaryna zw.	5g						
						09141	Ziemniaki got. (g)							
							Ziemniaki	300g						
							Mleko	15g						
						09150	Marchewka got. z wody (g)							
							Margaryna	5g						
							Marchew	150g						
							Cukier	5g						
							Bułka tarta	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 ]
12064.00	2881.00	41.32	17.24	500.56	139.76	97.89	18.51	980.90	75.46	235.20

POSILEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten
II Śniadanie	
Obiad	Mleko Seler Gluten
Podwieczorek	Gluten
Kolacja	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten

DIETETYK

.....  
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....