



ŚNIADANIE			II ŚNIADANIE			OBIAŁ			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
1624	Szynka kanapkowa	40 g				01166	Solferino lekk. got. (porcja)		2423	Jogurt owocowy	1sz	1212	Szynka drobiowa	40 g
13103	Herbata,bułka 5.masło (g)						Marchew	50g				13103	Herbata,bułka 5.masło (g)	
	Herbata	2 g					Selery	20g					Herbata	2g
	Cukier	20 g					Pietruszka	20g					Cukier	20g
	Bułka 50 g	1 s					Mleko 2%	20g					Bułka 50 g	1sz
	Masło	10 g					Ziemniaki	150g					Masło	10g
01073	Manna na mleku got. (porcja)						Mąka pszenna	10g				01073	Manna na mleku got. (porcja)	
	Mleko	300 g					S ó l	10g					Mleko	300g
	Kasza manna	30 g					Konc.pomidor.30%	20g					Kasza manna	30g
							Jarzyńka	2g						
						2105	Bitek schabowy got.w sosie jarz.							
							Marchew	30g						
							Mleko	40g						
							Mąka pszenna	20g						
							Pietruszka	30g						
							Selery	30g						
							Schab b/k	80g						
						01003	Ziemniaczana got. (ml)							
							Kości	50g						
							Śmietana	20g						
							Marchew	50g						
							Selery	20g						
							Pietruszka	20g						
							Jarzyńka	2g						
							S ó l	10g						
							Ziemniaki	150g						
							Mąka pszenna	10g						
						09062	Jarzyńki got.opr. (g)							
							Margaryna	7g						
							Marchew	80g						
							Mąka pszenna	5g						
							Pietruszka	50g						
							Selery	50g						
						13220	Kompot z jablek 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]
10417.00	2486.00	35.44	15.32	409.06	127.24	98.57	24.60	1218.07	72.01	286.60

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

DIETETYK

.....
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....