

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
1333	Ogonówka	60 g	010981	Płatki jęczmienne na mleku got.		01030	Krupnik jęczm. lekk.got. (ml)		16029	Podwieczorek (pol.dr) (porcja)		1343	Szynka gotowana	40 g
1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)			Mleko	300 g		Ziemniaki	150g		Polędwica drobiowa	50g	3635	Sałata lodowa	50g
	Herbata	2 g		Płatki jęczmienne	30 g		Marchew	50g		Masło roślinne	10g	1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)	
	Masło roślinne	10 g					Pietruszka	20g		Chleb krojony	50g		Herbata	2g
	Chleb krojony	100 g					Selery	20g					Masło roślinne	10g
3628	Pomidory	50 g					Selery	20g					Chleb krojony	100g
							Sól	10g						
							Jarzyńka	2g						
							02115	Bitek sch. got. w sosie piecz. dosz. (po						
							Schab b/k	80g						
							Pieczarki	100g						
							Śmietana 18%	20g						
							Cebula	20g						
							Margaryna zw.	10g						
							Marchew	20g						
							Pietruszka	20g						
							Selery	20g						
							Mąka pszenna	20g						
							09141	Ziemniaki got. (g)						
							Ziemniaki	300g						
							Mleko	15g						
							09157	Surówka z warzyw miesz. b/c (porcja)						
							Marchew	100g						
							Pietruszka	40g						
							Selery	40g						
							Jabłka	30g						
							Śmietana 18%	20g						
							Majonez	20g						
							13219	Kompot z jabłek b/c got. (g)						
							Jabłka	80g						
	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]
10333.00	2468.00	59.66	20.34	356.45	49.87	100.75	16.71	834.30	50.28	535.30

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

DIETETYK

.....
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....