



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
02114	Pasta z jajka i wędliny (porcja) Jajka Mielonka wp	1 s 40 g	01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja) Mleko Płatki owsiane	400 g 30 g	0112	Barszcz czerwony lekk.got (porcja) Buraki Marchew Mleko Mąka pszenna Pietruszka Seler Ziemniaki Sól Jarzynka	100 g 50 g 50 g 40 g 5 g 20 g 20 g 150 g 10 g 2 g	1027	Podwieczorek (o) (porcja) Ogonówka Masło roślinne Chleb krojony	50 g 10 g 50 g	1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja) Herbata Masło roślinne Chleb krojony	2 g 10 g 100 g				100481	Makaron nitki got z serem (mar) Makaron Ser twarog. Margaryna	80 g 80 g 20 g				1710	Pomidory Herbata b/c, chleb, mr (porcja) Herbata Masło roślinne Chleb krojony	50 g 2 g 10 g 100 g
3635	Salata lodowa	50 g				13219	Kompot z jabłek b/c got. (g) Jabłka	80 g						
						021	Chleb krojony	50 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]
10283.00	2456.00	76.06	24.83	337.88	41.85	101.01	16.93	857.85	46.84	354.80

POSILEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja 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